

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI  
CYRILOMETODĚJSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Katedra pastorální a spirituální teologie

Jana Katarína Drahovská

DOPAD JEDINÉHO SLOVA NA NAŠE SLOVÁ

Impulzy z duchovního života

Diplomová práce

Vedoucí práce: Doc. Dr. Michal Altrichter, Th.D.

Studijní program: Teologie

Studijní obor: Spirituální a křesťanská formace dospělých

OLMOUC 2012

Prehlasujem, že som diplomovú prácu písala samostatne a použila som iba uvedené pramene a literatúru.

V Nitre, dňa 7. apríla 2012

Ďakujem Doc. Dr. Michalovi Altrichterovi, Th.D., za odborné vedenie práce, metodické a praktické usmernenia, hodnotné rady a podnety.

Ďakujem mojim spolusestrám za ich zhovievavosť a podporu pri mojom štúdiu.

# OBSAH

ÚVOD .....	6
1 VTELENÉ KRISTOVO SLOVO .....	9
2 NAŠA KOMUNIKÁCIA, SPÔSOB REČI .....	15
2.1 Zmysel života .....	17
2.2 „Násilná“ komunikácia .....	19
2.3 „Nenásilná“ komunikácia .....	23
2.4 Reč lásky .....	28
3 RADOSTI A FRUSTRÁCIE ZO SLOV .....	32
3.1 Počúvanie .....	32
3.2 Empatia .....	38
3.3 Komunikačné „bloky“ .....	41
4 VYHOJENIE RÁN ZO ZRAŇUJÚCICH SLOV.....	45
4.1 „Pravda vás vyslobodí“ .....	45
4.2 Odpustenie .....	49
4.3 Modlitba .....	51
4.4 „Sebaobraz“ .....	52
5 FORMÁCIA V SLOVE – DÔVERA V JEDINÉ SLOVO .....	54
5.1 Božie slovo .....	57
5.1 Sprevádzanie .....	60

6	PRÍKLADY SVÄTÝCH – MODELY KRÁSNEHO SLOVA .....	64
6.1	Zdenka Schelingová .....	66
6.2	Gianna Beretta Molla .....	68
6.3	Jozefína Bakhita .....	69
6.4	Matka Tereza .....	71
7	DUCH SVÄTÝ USPORADÚVA NAŠE SLOVÁ .....	73
	ZÁVER .....	77
	ANOTÁCIA .....	78
	POUŽITÁ LITERATÚRA .....	80
	ZOZNAM SKRATIEK .....	86

## ÚVOD

Duch Svätý, ktorého Otec skrze vtelené Slovo vylial do našich srdc dáva krásu a silu ľudským slovám, ktoré sú samé o sebe slabým nástrojom.

Ježiš Kristus, vtelené Slovo nám zjavuje, že náš život má synovskú povahu a povahu vzťahu. V každej dobe a zvlášť v dobe, ktorú prežívame teraz, vnímame našu hlbokú túžbu a potrebu osobného vzťahu s Bohom a vzťahu s druhými ľuďmi.

Láska prítomná v osobných vzťahoch nachádza svoje vyjadrenie prostredníctvom slov a ľudskej komunikácie. Komunikácia je prejavom darovanej ľudskej slobody, a preto sa každodenne môžeme rozhodovať voliť svoje slová a postoje. Porozumieť vlastným rozhodnutiam a rozhodnutiam druhého človeka umožňuje láska Ducha Svätého a zároveň vteleného Slova. Bez spojenia s týmto Prameňom bezpodmienečnej a bezprostrednej lásky by vzájomné porozumenie nebolo možné, pretože samy nie sme schopní preniesť sa do duše druhého človeka, kde sa jeho rozhodnutie odohráva.

Úvahy, ktoré sú predkladané v tejto práci chcú podnietiť uvažovanie o sile ľudských slov a komunikácii, ktorá vychádza z jediného Prameňa. Všetci zakúšame, že sme neúplní a „odstrihnutí“ od tohto Zdroja, a preto túžime byť celiství a hlboko spojení s inou Osobou. Túto túžbu po vzťahu do nás vložilo stvoriteľské Slovo. A preto popri krásnych medziľudských vzťahoch budovaných prostredníctvom slova cítime tiež stálu potrebu zostať osamote so živým Bohom.

Napätia, konflikty a nedorozumenia v komunikácii budú vždy prítomné v našom živote. Preto je nevyhnutné ich akceptovať. Pripomínajú nám odlišnosť každej osoby, ktorá je jedinečná a neopakovateľná, má svoje túžby, potreby, osobitosť a charakter.

Práca je rozdelená do siedmych kapitol, ktoré poukazujú na dopad jediného Slova na slová v našom živote.

Prvá kapitola sa dotýka *Zjavenia vteleného Slova*. Ježiš Kristus, zjavené Slovo sa prihovára ľuďom ako Syn, ktorý žije v dôvernom synovskom

spoločenstve s Otcom. Jeho slovo pochádza z intímneho kontaktu s Otcom, ktorý je láska, z dialógu „z tváre do tváre“. Tento „dialogický rozmer“ Zjavenia upozorňuje na láskyplné osobné vzťahy a na ich rozvoj a aktuálnosť, pretože Boží dialóg sa uskutočňuje vždy v prítomnosti a vedie človeka k odpovedi.

Druhá kapitola predstavuje rôzne spôsoby našej komunikácie a reči. Je rozdelená do štyroch podkapitol. Prvá nazvaná *Zmysel života*, hovorí o prítomnej realite Božej lásky. V spojení s touto Láskou sa môžeme skutočne dotýkať svojho blížneho. Ďalšie dve podkapitoly s názvom „*Násilná*“ a „*Nenásilná*“ *komunikácia* hovoria o formách vedenia vzájomných rozhovorov, ktoré môžu tvoriť a prinášať život alebo môžu ničiť a „zabíjať“. Posledná podkapitola predstavuje bezpodmienečnú a bezprostrednú *reč lásky*.

Tretia kapitola a tri podkapitoly ponúkajú konkrétne praktické usmernenia k nadobudnutiu postoja *počúvania* a *empatie*, ktorý spôsobuje potešenie a *radosť* zo vzájomných rozhovorov. Na druhej strane upozorňujú na zraňujúce správanie, ktoré zapríčiňuje *frustráciu* a *komunikačný blok* medzi hovoriacim a poslucháčom.

*Pravda, odpustenie, modlitba a uzdravenie sebaobrazu* sú „hojivé“ témy, ktorými sa zaoberá štvrtá kapitola *Vyhojenie rán zo zraňujúcich slov*. S uzdravením úzko súvisí prijatie *pravdy* o sebe, reality hriechu a bolesti v našom živote. *Odpustenie* je veľkorysý dar od Boha, ktorý nás uzdravuje a je jasnou úlohou liečivého milosrdenstva v našich vzťahoch. *Modlitba*, ktorá plodí potrebu zmieriť sa s ľuďmi aj s Bohom je vždy modlitba uzdravujúca. Zdrojom pre uzdravenie nášho *sebaobrazu* je Božie stvoriteľské slovo.

Piata kapitola predkladá úvahy o *formácii v slove a dôvere v jediné Slovo*. V *Božom slove* nachádzame odpoveď na otázky, ktoré sa dotýkajú reality nášho každodenného života. Boh, ktorý hovorí v Božom slove, nás formuje a zároveň učí, ako máme hovoriť s ním, s druhými ľuďmi a umožniť im vnímať toto slovo v ich živote. Zásadným poľom *duchovného sprevádzania*, ktorého sa dotýka druhá podkapitola je odkrývanie pôsobenia Božieho Ducha, ktorý vedie sprevádzanú osobu.

Štyri modely krásneho slova nám v šiestej kapitole približujú životy svätých žien súčasnej doby. Tieto krásne a zrelé ženy charakterizovala živá láska k Bohu a blížnemu. Dopad jediného Slova stvárnil ich osobnosť a dal ich životu zmysel.

*Duch Svätý, ktorý usporadúva naše slová,* je poslednou a zásadnou kapitolou tejto práce. Duch Svätý vyliaty skrze vtelené Slovo na každé ľudské telo je prítomný v nás a medzi nami. Jeho láska je nevysychajúci prameň, ktorý premieňa nás a naše slová.

V tejto práci budeme pracovať pomocou indukčnej metódy. Analýzou a porovnaním odlišných prístupov rôznych autorov, ktorí pracujú s podobnými témami vyvodíme všeobecne platné závery, poznatky a príklady.



## 1 VTELENÉ KRISTOVO SLOVO

Slová. Môžu mať moc, silu a účinnosť, môžu upútať, povzbudiť, priniesť myslí poučenie, povzniesť, hriať a hladiť. Slová, ktoré si pamätáme aj po rokoch, pretože rozhodujúcim spôsobom ovplyvnili smerovanie nášho života.

Slovo je útvarom zo zvuku, chvenie vzduchu, pohyb perí a hrdla. Slovo má mnoho vrstiev. Je telom, ktoré má tiež dušu a ducha. „Dušou“ slova je význam, podstata slova, súvislosť čo do zmyslu, myslenie ľudí vyjadrené slovom. To, čo sa v slove chveje a v ňom vnútorne utkáva, je „duchom“ slova.

V telesnej a duchovnej jednote má každé slovo niečo všeobecné, čo má všade svoju platnosť; niečo zvláštne, čo má význam výlučnejší, až po to najvnútornejšie, čo úplne pochádza z jednotlivca a odkazuje na to, že toto slovo patrí len hovoriacemu a nikomu inému.<sup>1</sup>

Existujú tiež slová, ktoré prchajú ako vietor; slová, ktoré sú vyslovené tak, že si ich ani nevšimneme.<sup>2</sup> Slovo – teraz ešte nie je, povieme ho, a vznikne. Ale hneď doznie a už tu zasa nie je. Keď pozeráme na slová hlbším pohľadom, potom slová „strom“, „kniha“ alebo „priateľstvo“ tu boli už skôr, než sme začali hovoriť. Naučili sme sa ich od rodičov alebo učiteľov. Slová a ich súvislosť a súhrn, reč, nie sú iba niečo, čo vychádza od jednotlivca ako výraz jeho vnútra, ale sú to útvary bytia; tvary a podoby plné zmyslu, v ktorých hovorí bytie; formy, do ktorých je volané naše bytie, aby sa v nich pochopilo a samo nadobudlo podobu.

Utvárame slová a slová utvárajú nás. Reč tvorí svet, poriadok bytia do ktorého sa človek rodí, v ktorom sa pohybuje. Tento poriadok ho obklopuje, prestupuje ho, tvárni ho. Slová zasahujú do najhlbšieho vnútra človeka. Slovami nielen hovoríme, ale v slovách už myslíme. Naše myslenie sa tvorí slovom už od svojho prvého počiatku. Myslieť môžeme iba rečou, nijako inak.

---

<sup>1</sup> Por. GUARDINI, R., *Modlitba Páně*, 1. vyd. Rím: Křesťanská akademie v Římě, 1967, s. 29–31.

<sup>2</sup> Por. VÍTEK, J., [stiahnuté 2. 1 2010] dostupné na <[http://storico.radiovaticana.org/slo/storico/2010/01/346492\\_zamyslenie\\_nad\\_liturgickymi\\_citaniami\\_2\\_nedele\\_po\\_naroden\\_i\\_pana.html](http://storico.radiovaticana.org/slo/storico/2010/01/346492_zamyslenie_nad_liturgickymi_citaniami_2_nedele_po_naroden_i_pana.html)>

Slová sú cestami nášho života, sú podobami nášho bytia. Sú „prchavé útvary“, ktoré sa presadzujú s neuveriteľnou silou. Slová, ktoré padli do duší ako ohnivé plamene vyburcovali k veľkým činom, otvorili ľuďom hlbiny, v ktorých mohli tvoriť, až z nich vystúpili vznešené skutky.

Slová dokázali uvoľniť, dať silu a radosť, vzbudiť dôveru; slová mohli aj zraniť, otráviť, zničiť a zostať uviaznuté.<sup>3</sup>

Vo všetkých ľudských rečiach je však slovo, ktorým ľudia vyjadrujú najvyššiu bytosť, od ktorej všetko pochádza, na ktorú všetko ukazuje, od ktorej má všetko svoj zmysel, ku ktorej všetko smeruje: slovo „Boh“. Osobnú lásku osobného Boha, hojnosťou oplývajúci život spoločenstva, ktorý si medzi sebou navzájom odovzdávajú tri božské Osoby, hĺbku tohto spoločenstva, ktoré sa vnára do plnosti otcovho lona, slovo ťažko vystihuje.<sup>4</sup>

Osoba rovnako ako láska má svoj pôvod v slobode, ktorá sa vymyká každému zaradeniu. Obsah tejto lásky nemôže byť prístupný mysleniu, ktoré chce všetko rozobrať, zmerať a spredmetniť. Uniká tomu, aby sa nechal vtesnať do pojmov. Pojmy sa vždy vyznačujú skrytou túžbou jednoznačne zaradiť, uchopiť a nemôžu preto zachytiť Toho, ktorého môžeme iba prijať, rozpoznať a uctiť potom, čo sme mu my sami dovolili, aby sa nás zmocnil a privábil do plnosti svojho božského života.<sup>5</sup>

Napriek skutočnosti, že nevysloviteľnosť a nevyčerpatelnosť osobnej povahy Boha, ktorý je Láska uniká pred každým jasným vymedzením, on sám sa stáva prístupným a prichádza k nám v ústrety v Zjavení. Práve preto, že je Láska, zdieľa sám seba: „Boha nikto nikdy nevidel. Jednorodný Boh, ktorý je v lone Otca, ten o ňom priniesol zvesť.“ (Jn 1,18)

„Bohu sa v jeho добрote a múdrosti páčilo zjaviť seba samého a dať poznať tajomstvo svojej vôle (por. Ef 1,9), že ľudia majú skrze Krista, Slovo, ktoré sa stalo telom, v Duchu Svätom prístup k Otcovi a stávajú sa účastnými na Božej prirodzenosti (por. Ef 2,18; 2Pt 1,4). Týmto zjavením sa neviditeľný Boh

---

<sup>3</sup> Por. GUARDINI, R., *Modlitba Páně*, s. 29–31.

<sup>4</sup> Por. *tamtiež*, s. 31.

<sup>5</sup> Por. CAMPATELLI, M., *Křest. Každý den u pramenů nového života*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2010, s. 9.

(por. Kol 1,15; 1Tim 1,17) vo svojej nesmiernej láske prihovára ľuďom ako priateľom (por. Ex 33,11; Jn 15,14–15) a stýka sa s nimi (por. Bar 3,38), aby ich pozval a prijal do spoločenstva so sebou. Dielo Zjavenia sa uskutočňuje činmi a slovami, ktoré sú navzájom vnútorne späté, takže Božie pôsobenie v dejinách spásy odhaľuje a potvrdzuje učenie a skutočnosti vyjadrené slovami a slová ohlasujú skutky a objasňujú v nich skryté tajomstvo. Avšak najhlbšia pravda o Bohu, ako aj o ľudskej spáse nám týmto zjavením žiari v Kristovi, ktorý je prostredníkom a zároveň plnosťou celého Zjavenia. <sup>6</sup>

Čo je teda cieľom Božieho zjavenia? Kto hovorí, prečo, o čom, ku komu a ako?<sup>7</sup> Boh sám, ako osoba, vychádza zo zjavujúceho sa diania a o túto osobu v Zjavení ide. Osobne chápané Zjavenie sa obracia nielen na mohutnosti človeka, ako sú rozum a vôľa, ale dotýka sa osobnostného streda človeka, hĺbky jeho „ja“. Preto môžeme celé Zjavenie ponímať ako „Stretnutie“.

V Ježišovi Kristovi sa božský a ľudský svet vzájomne dotýka a zdieľa a tajomstvo, ktoré „bolo od večnosti skryté“ (Rim 16, 25) sa naplnilo. V Ježišovi Kristovi už nie je tajomstvo neprístupným rozhraním, ktoré sa voči nám vymedzuje, ale osobným Bohom, ktorý sa nám vo svojej slobode dáva poznať.<sup>8</sup>

„Ježiš Kristus“ – Slovo, ktoré sa stalo telom –, poslaný „ako človek k ľuďom“, „hovorí Božie slová“ (Jn 3,34) a dokonáva dielo spásy, ktoré mu zveril Otec (por. Jn 5,36; 17,4). Preto on – kto vidí jeho, vidí aj Otca (por. Jn 14,9) – celou svojou prítomnosťou a svojím zjavom, slovami a skutkami, znameniami a zázrakmi, najmä však svojou smrťou a slávnym zmŕtvychvstaním, a napokon zoslaním Ducha pravdy uskutočňuje a tým aj završuje Zjavenie a potvrdzuje ho Božím svedectvom: Boh je medzi nami, aby nás oslobodil z tmy hriechu a smrti a aby nás vzkriesil pre večný život.<sup>9</sup>

„Slovo sa telom stalo a prebývalo medzi nami“ (Jn 1,14). Tento verš evanjelia sv. Jána predstavuje účinnosť a silu Božieho Slova, jediného Slova

---

<sup>6</sup> DOKUMENTY II. Vatikánskeho koncilu, dogmatická konštitúcia *O Božom zjavení: Dei verbum*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2008, čl. 2.

<sup>7</sup> Por. ŠITAL, F., *Boží slovo a lidská řeč*, s. 2 (samizdat).

<sup>8</sup> Por. CAMPATELLI, M., *Křest. Každý den u pramenů nového života*, s. 10.

<sup>9</sup> Por. DOKUMENTY II. Vatikánskeho koncilu, dogmatická konštitúcia *O Božom zjavení: Dei verbum*, čl. 4.

Boha, ktoré stačí na to, aby úplne vyjadrilo bohatstvo Božej komunikácie. Duch Svätý komunikuje celú plnosť Božieho Slova<sup>10</sup> a dáva hlboko nahliadnuť do života človeka, do jeho zmyslu a jeho reality; do toho, čo je podstatné a dôležité.<sup>11</sup>

Slovo a telo sú skutočnosti, ktoré stoja proti sebe. Ako sa môže večné a všemohúce Slovo stať krehkým a smrteľným človekom? Odpoveď je Láska.<sup>12</sup> Láska, ktorá nie je v Bohu iba nejakým spôsobom prítomná – On sám je zo svojej prirodzenosti láskou. Božia láska nechce byť uzavretá v sebe samom, ale túži po tom, aby bola plodná. Zvlášť vo vtelení a v obeti Božieho Syna sa nás dotýka. Syn vyšiel zo svojho božstva, vtelil sa a stal sa človekom.<sup>13</sup>

„Boh je láska“ (1Jn 4,16). Svätý Ján toto svoje poznanie získal z Ježišovho srdca, z toho, že na ňom vnútorne spočíval,<sup>14</sup> „videl a uveril“ (Jn 20,8). Jeho slová sú vyjadrením skutočnosti, ktorá ukazuje na obraz Boha a vďaka tomuto obrazu aj na obraz človeka a zmysel jeho života. Boh sa dáva človeku poznať ako tajomstvo nekonečnej lásky, v ktorom Boh od večnosti vyslovuje svoje Slovo v Duchu Svätom. Preto Slovo, ktoré je od počiatku u Boha a samo je Bohom, zjavuje Boha samého v jeho dialógu lásky medzi božskými osobami a pozýva nás mať na ňom účasť. A pretože sme stvorení na obraz a podobu Boha, ktorý je láska, môžeme chápať samých seba a druhých len vtedy, ak prijmemes Slovo v tom porozumení, ktoré spôsobuje Duch Svätý.<sup>15</sup>

V osobe Ježiša Krista sa všetky slová stávajú natoľko zjavnými, že sa z neho šíri svetlo porozumenia pre celé dejiny sveta.<sup>16</sup> On žije pred Božou tvárou nielen ako priateľ, ale tiež ako Syn; žije v najvnútornejšej jednote s Otcom. O Bohu nielen hovorí, ale on sám je Božou rečou. Slovo hovorí z dôvernej

<sup>10</sup> Por. VÍTEK, J., [stiahnuté 15. 12. 2011] dostupné na <[http://storico.radiovaticana.org/slo/storico/2010-01/346492\\_zamyslenie\\_nad\\_liturgickymi\\_citaniami\\_2\\_nedele\\_po\\_narodeni\\_pana.html](http://storico.radiovaticana.org/slo/storico/2010-01/346492_zamyslenie_nad_liturgickymi_citaniami_2_nedele_po_narodeni_pana.html)>

<sup>11</sup> Por. KNOCH, O., *Život ze síly Božího slova a Božího Ducha*, 1. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 2000, s. 9.

<sup>12</sup> Por. BENEDIKT XVI., *Vánoční poselství Benedikta XVI. Urbi et Orbi*, Nám. sv. Petra, [stiahnuté 15. 1. 2012] dostupné na <<http://www.radiovaticana.cz/clanek.php4?id=13878>>

<sup>13</sup> Por. BENEDIKT XVI., *Promluva Benedikta XVI. na setkání s angažovanými katolíky*, Freiburg, [stiahnuté 15. 1. 2012] dostupné na <<http://www.radiovaticana.cz/clanek.php4?id=15223>>

<sup>14</sup> Por. RATZINGER, J. (BENEDIKT XVI.), *Ježíš Nazaretský*, s. 239.

<sup>15</sup> Por. BENEDIKT XVI., posynodálna apoštolská exhortácia *O Božom slove v živote a poslaní Cirkvi: Verbum Domini*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2011, čl. 6.

<sup>16</sup> Por. TYROL, A., *Dei Verbum*, komentár k dogmatickej konštitúcii Druhého vatikánskeho koncilu, s. 57–58.

blízkosti Boha. Iba z tohto zorného uhla, najvlastnejšieho streda môžeme skutočne porozumieť osobe Ježiša Krista, ako ju vidíme v Novom zákone. Tu je zakotvené všetko to, čo nám bolo povedané o Ježišových slovách a skutkoch. Ježišovo učenie nepochádza zo žiadnej školy. Je radikálne odlišné od toho, čo sa môžeme naučiť v školách. Nie je to výklad na spôsob interpretácií, ale výklad „s mocou“. Ježišovo učenie nepochádza z ľudského učenia sa, nech by bolo akéhokoľvek druhu. Pochádza z intímneho kontaktu s Otcom, z dialógu „z tváre do tváre“, z videnia toho, ktorý je „v lone Otca“. Je to slovo Syna. Ježiš môže o Otcovi rozprávať tak ako rozpráva iba preto, že je Synom a nachádza sa v synovskom spoločenstve s Otcom.<sup>17</sup>

Súčasťou kristologickej udalosti je nepochopiteľná skutočnosť – obdivuhodná zámena medzi Bohom a ľuďmi. Cirkevní otcovia to vysvetľujú nasledovne: Bohu nemôžeme dať nič len svoj hriech. On ho prijíma a berie na seba a výmenou nám dáva seba samého a svoju slávu. Nerovná výmena, ktorá sa uskutočňuje v živote a utrpení Ježiša Krista! On berie na seba náš hriech, prijíma to, čo je naše a dáva nám, čo je jeho. Ježiš Kristus nám dáva vnútornú silu a schopnosť k tomu, aby sme prijali jeho dar a mohli mu odpovedať svojou láskou. Dať mu ľudskosť v pozitívnom zmysle. Len vďaka jeho veľkodušnosti môžeme ako žobráci, ktorým sa dostal božský poklad, dať tiež niečo Bohu. Jeho dar nás zároveň robí schopnými stať sa tiež darcami.<sup>18</sup>

Z osobného charakteru Zjavenia vyplýva „dialogický rozmer“ Zjavenia, ktorý upozorňuje na osobné vzťahy a ich rozvoj; na aktuálnosť Zjavenia, pretože Boží dialóg sa uskutočňuje vždy v prítomnosti a vedie človeka k odpovedi.

Človek, ako dialogické bytie sa v počúvaní Boha dostáva do jeho prítomnosti a prijímaním jeho samého sa dostáva do spoločenstva s ním. Božie sebazdelenie má okrem kristologického aj trojičný charakter, pretože Božie sebazdelenie vŕahuje ľudí do tajomstva, ktoré sa nám odhaľuje cez vtelené Slovo, v sile Ducha Svätého ako prístup k Otcovi.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> Por. RATZINGER, J. (BENEDIKT XVI.), *Ježiš Nazaretský*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2007, s. 24–25.

<sup>18</sup> Por. BENEDIKT XVI., *Promluva Benedikta XVI. na setkání s angažovanými katolíky*, Freiburg, [stiahnuté 15. 1. 2012] dostupné na <<http://www.radiovaticana.cz/clanek.php4?id=15223>>

<sup>19</sup> Por. TYROL, A., *Dei Verbum*, komentár k dogmatickej konštitúcii Druhého vatikánskeho koncilu, s. 54.

„Kto druhému povie 'ty', vstupuje s ním do vzťahu a v tom vzťahu hovorí niečo, čo je večné.“ (Martin Buber)<sup>20</sup> Človek hovorí Bohu „ty“ v intímnom vzťahu. Bohu, o ktorom človek hovorí s takou bázňou, že jeho meno radšej opisuje, vyslovuje človek najintímnejšie „ty“, aké kedy môže vysloviť. Bohu ani inak ako „ty“ nemôže hovoriť, lebo o ňom, o akomsi neosobnom Bohu („on“) sa hovoriť nedá.<sup>21</sup>

Ježiš Kristus završil Božiu reč, pretože po ňom alebo cez neho a ponad neho už nemôže byť povedané nič. Svätý Ján z Kríža to vyjadril týmito slovami: Keď nám Boh dal svojho Syna, ktorý je jeho jediné a definitívne slovo, spolu a naraz nám týmto svojím jediným slovom povedal všetko a nemá už čo povedať.<sup>22</sup> On, ktorý zjavuje Otcovu lásku, objasňuje pravý zmysel Božích slov, ktoré boli vyslovené pred ním a zvestuje Božie slovo, ktoré je zvlášť platné pre terajší (posledný) čas.<sup>23</sup> On je jediné, dokonalé a definitívne Otcovo slovo. V ňom Boh vyslovil seba samého a Boží dialóg dospel k cieľu – stal sa zjednotením. Zjavenie v Kristovi, vtelenom Slove, využilo všetky možnosti ľudských prejavov, konanie aj učenie, aby nám ukázalo Božieho Syna a v ňom Otca. Ježiš naplnia a završuje Božie zjavenie. To neznamená, že Boh odteraz mlčí a jeho spásne účinkovanie, osvetľovanie a učenie prestalo, ale že Boh práve v živom podávaní Zjavenia, ktoré v udalosti Ježiša Krista dosiahlo vnútro – dejinnú dokonalosť, ďalej „hovori“ k ľuďom.<sup>24</sup>

---

<sup>20</sup> Por. KŘIVOHLAVÝ, J., *Povídej naslouchám*, 1. vyd. Praha: Návrat, 1993, s. 5.

<sup>21</sup> Por. *tamtiež*, s. 144.

<sup>22</sup> Por. *Katechizmus katolíckej Cirkvi*, 2. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 1999, čl. 5.

<sup>23</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Božsko – lidský dialog*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorální teologie*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2008, s. 224.

<sup>24</sup> Por. TYROL, A., *Dei Verbum*, komentár k dogmatickej konštitúcii Druhého vatikánskeho koncilu, s. 58–59.

## 2 NAŠA KOMUNIKÁCIA, SPÔSOB REČI

Boží život nesie v sebe bytostne slovo. Žije a hovorí, a to tak, že u neho slovo zakladá osobu. Boh je osoba vo vzťahu k slovu. On vyslovuje svoje tajomstvo; práve v ňom existuje ako Ten, Ktorý hovorí, vo vzťahu k Tomu, o Ktorom hovorí – a tiež, ako Ten, kto načúva. Ide tu o úplne naplnené slovo, ktoré dokonale dospelo k svojmu cieľu. Dospelo k nemu preto, že „Ty“, na ktoré sa obracia, nie je cudzou a nezávislou bytosťou, ale samo z tohto oslovenia vzniká. Je zároveň reč aj sluch; vnímanou rečou a zároveň odpoveďou. V súhlase, ktorý hovorí „tak tomu je, a ja som Tvoja pravda“, sa navracia k hovoriacemu a u Neho „zostáva“.<sup>25</sup>

Slová Toho, ktorý tvorí svojim Slovom, sa obracajú k tomu, „kto má uši na počúvanie“. Slovo vždy k niekomu smeruje a v tomto prípade je vyslovené pre človeka. Svet je teda miestom dialógu medzi Bohom a ľudskou osobou.<sup>26</sup> Nevznikol iba z moci a z myslenia, ale z reči, zo slov, ktorými tvoriaci Boh vyslovuje do konečnosti plnosť svojich úmyslov. Tieto slová sú na ceste, aby hľadali toho, kto by im porozumel a kto by skrze nich v chvále, vďake a poslušnosti vstúpil s Tým, ktorý hovorí, do vzájomného vzťahu „ja – ty“.<sup>27</sup>

Osoba existuje vo forme dialógu vtedy, keď je zameraná na inú osobu. Je bytostne určená k tomu, stať sa „ja“ pre nejaké „ty“.<sup>28</sup> Keď daruje vlastný život skrze život druhému, získava „poznánie – život“, poznánie neoddelené od reality, ale ňou prestúpené. Mimo vzájomnú lásku nie je možné poznať jednotu, slobodu, ani pravdu.

Keď láska upadá, človek síce počuje slová, ale nerozumie ich zmyslu. Je „vyhnaný z raja“. Spása, ktorú priniesol Kristus, je návratom k prvému stvoreniu.

---

<sup>25</sup> Por. GUARDINI, R., *Svět a osoba*, 1. vyd. Rím: Křesťanská akademie, 2005, s. 117–118.

<sup>26</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Člověk, agapická osoba*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorální teologie*, s. 227.

<sup>27</sup> Por. GUARDINI, R., *Svět a osoba*, 1. vyd. Rím: Křesťanská akademie, 2005, s. 118–119.

<sup>28</sup> Por. *tamtiež*, s. 118–119.

Skrze Slovo sa opäť vraciame k dialógu s Otcom, s vesmírom, s ostatnými ľuďmi, „do stavu v raji“.<sup>29</sup>

Duch Svätý je ten, v ktorom sa ukryté skutočnosti otvárajú do slova, a to, čo bolo otvorené, si zachováva vnútornosť, pretože On je láska. Iba v láske sa môže tajomstvo skutočne otvoriť; len v nej môže byť odkryté tajomstvo chránené.<sup>30</sup>

Duch Svätý, ktorého Otec skrze svojho Syna vylial do našich srdc vytvára duchovnú jednoliatosť medzi ľuďmi. Táto úroveň vyššej homológie je polom pôsobnosti Ducha, ale súčasne je to tiež sféra Slova, Božieho Loga. Táto prítomnosť Ducha dodáva silu ľudským slovám, ktoré sú o sebe len slabým nástrojom. Človek, ktorý túži po hlbokjej komunikácii ladí svoju myseľ a svoj jazyk ako hudobný nástroj, aby na ňom mohol hrať ten najlepší umelec – Duch Svätý. Potom sa môžu aj poslucháči dostať „do súzvuku s Duchom“.<sup>31</sup>

Ľudské slovo a prostriedky komunikácie sú účinné vtedy, ak odkazujú k vlastnému prameňu kresťanského spôsobu rozhodovania, vedúcemu k participácii na božsko – ľudskom živote v Ježišovi Kristovi. Komunikácia je prejavom ľudskej slobody, ktorá je darovaná každému človeku ako voľba medzi dobrom a zlom. Rozvinutím tejto slobody skrze posvätenie Duchom (por. *Rim 5,5*), sa človek rozhoduje medzi dobrým a lepším v závislosti na prítomnosti Ducha. V komunikácii prítomnosť Ducha vytvára duálnu skutočnosť dvoch osobných prítomností – človeka a Boha. Takáto úcta k Duchu, vytvára úctu človeka pred sebou samým a druhého človeka pred druhým v jeho vzťahovej jedinečnosti, umožňujúcej komunikáciu v Duchu.<sup>32</sup> Preto je dar slova tak vzácny a preto i ľudské slovo vyžaduje úctu.<sup>33</sup>

Zo Slova pochádzajú všetky veci, a preto majú tiež povahu slova. Nie sú iba nemými faktami nachádzajúcimi sa v nemom priestore. Učenie, podľa ktorého sú veci tvorené slovami, patrí k najhlbšiemu vedomiu Starého zákona. Iba z tohto učenia je možné pochopiť, čo znamená Božie pôsobenie utvárajúce dejiny;

---

<sup>29</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Člověk, agapická osoba*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorální teologie*, s. 228.

<sup>30</sup> Por. *tamtiež*, s. 117–118.

<sup>31</sup> Por. *tamtiež*, s. 230.

<sup>32</sup> Por. AMBROS, P., *Komunikace ve farnosti jako rozlišování v Duchu*, in: *Fórum pastorálních teologů V, „Komunikace ve farnosti“*, zborník. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2005, s. 17.

<sup>33</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Řehoř Naziánský*, s. 231.



v akom vzťahu sa nachádza Prozreteľnosť k stvoreniu, Božie kráľovstvo k svetu, veci k človeku.<sup>34</sup>

## 2. 1 Zmysel života

Vôľa k zmyslu je vo veľkej miere vystavená frustrácii. Ľudí súčasnej doby sa v narastajúcej miere zmocňuje pocit straty zmyslu života, ktorý sa obvykle objavuje spoločne s pocitom „vnútornej prázdnoty“ – ide o „existenciálne vákuum“. Prejavuje sa predovšetkým v podobe nudy a ľahostajnosti. *Nuda* v tejto súvislosti znamená stratu záujmu – záujmu o svet – *ľahostajnosť* znamená nedostatok iniciatívy – úsilia niečo na svete zmeniť, zlepšiť.<sup>35</sup>

Strata zmyslu života úzko súvisí s ľudským spolužitím, ktoré je hlboko poznačené dedičným, sociálnym a osobným hriechom. Zakúšame bolesť odcudzenia sa Bohu, odcudzenia sa blížnemu a konfliktu vo vnútri seba samých. Ako zlomení, odcudzení a izolovaní zostávame bezmocní zmeniť tento smutný ľudský stav.

Viera v bezpodmienečnú Božiu lásku spojená s potrebou medziľudských vzťahov dáva zmysel ľudskému životu. Realita osobnej Božej lásky je protijedom na moderné choroby osamelosti, nudy, depresie. Dáva nádej ľuďom, ktorí majú nespočetné problémy, sú olúpení o sebaúctu, vlastnú dôstojnosť, stoja zoči – voči vlastnej prázdnote; ľuďom zúfalým a zmäťeným, ktorých hriech obmedzuje ich schopnosť milovať.<sup>36</sup>

Láska nachádza svoje vyjadrenie v nepodmienečnom potvrdení iného bytia, onoho „ty si“, dovŕšeného celou silou vôle a rozumu. Ak toto potvrdenie iného bytia je úplné, ak celý obsah môjho vlastného bytia je súhrnom tohto potvrdenia a v tomto potvrdení je tak povediac moje vlastné bytie vylúčené a úplne vyčerpané, prestáva byť cudzie bytie cudzím „ty“ a „ty“ sa stáva označením

---

<sup>34</sup> Por. GUARDINI, R., *Svět a osoba*, s. 118–119.

<sup>35</sup> Por. FRANKL, V. E., *Neuvedomený Boh*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2005, s. 91.

<sup>36</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenásilná komunikácia*, 1. vyd. Nitra: Misionári Najsvätejšieho srdca Ježišovho, 2007, s. 1.

môjho „ja“. „Ty si“, neznamená už, že si odo mňa uznaný ako „existujúci“, ale „zakúšam tvoje bytie ako svoje vlastné a prostredníctvom tvojho bytia sa nachádzam ako ten, kto je.“<sup>37</sup>

Osobitosť lásky znamená úctu, odovzdanie svojej vlastnej vôle Bohu, dôveru. Preto je túžba po spáse blížneho úctivou, sebavydávajúcou sa a dôvernou modlitbou, starosťou človeka, ktorý s pokorou prosí Boha za spásu svojho brata. Človeka, ktorý si je vedomý, že v láske je spojený s tým, u ktorého je všetko možné, a že v spojení s ním sa môže dotýkať aj toho posledného tajomstva svojho blížneho. A napriek blízkosti lásky, ktorú k druhému nachádza, necháva ho o samote so živým Bohom. A preto aj komunikácia vo všetkých svojich formách a podobách zostáva vždycky pokornou a cudnou modlitbou lásky k Bohu, ktorý prebýva v ľudských srdciach.<sup>38</sup> Je slovom, ktoré inšpiruje lásku.<sup>39</sup>

Osobné hľadanie zmyslu života sa uskutočňuje v dynamickom vzťahu medzi dvoma základnými potrebami, ktoré sú dôležitým bodom aj v procese osobného dozrievania. Každý človek by mal v určitom okamihu svojho života dosiahnuť dynamickú rovnováhu medzi potrebou stávať sa sám sebou, budovať osobnú identitu a osobnú slobodu; a potrebou budovať vzťahy s ľuďmi, s ktorými prichádza do kontaktu.<sup>40</sup>

V dozrievaní zmyslu osobnej identity je dôležité poznať a akceptovať skutočnosť, že sme vzájomne odlišní. Rovnako dôležité je prekonávať sklon vyhľadávať osoby kvôli vlastnej potrebe istoty a podpory; mať odvahu odpútať sa od druhých osôb tak, aby sme ich mohli znovu nájsť a milovať ich nie vlastnícky ale v slobode. Nejedná sa o obrannú uzavretosť alebo izoláciu kvôli strachu zo vzťahu s inými ľuďmi, ani o splynutie alebo stratenie sa vo vzťahu s určitou osobou, ale o prežívanie tak samoty, ako aj vzťahu v rozličných životných okolnostiach.

---

<sup>37</sup> Por. RUPNIK, M. I., *Spirituální čítba skutočnosti*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorálnej teológie*, s. 89.

<sup>38</sup> Por. *tamtiež*, s. 18–19.

<sup>39</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „*Direktívni a nedirektívni vedení hovoru při formaci svědomí*“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

<sup>40</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, 1. vyd. Roma: Istituto Figlie di Maria Ausiliatrice – Roma, 2005, s. 90–91.

Človek s dostatočným vedomím osobnej identity môže v medziosobnom vzťahu odolávať sklonu oponovať iným, skonu ovládať druhých kvôli potvrdeniu vlastnej hodnoty, premáhať sklon k manipulácii, ktorý môže mať aj jemné formy a v podstate zodpovedá iba potrebe naplniť hlboké pocity prázdnoty.

Človek, v ktorom dozrela schopnosť prežívať „intímnu samotu“ je schopný komunikovať so sebou a s inými ľuďmi. Niekedy rýchlejšie, niekedy s väčšou námahou dokáže spoznať a prijať vlastnú konfliktovosť, zmieriť sa so sebou, s vlastnými nedostatkami a podmienkami, s osobnými skúsenosťami. Potom si v ťažkých chvíľach dokáže spomenúť na pozitívne skúsenosti z minulosti a tak nadobudnúť rovnováhu a nedá sa ovládať pocitmi pesimizmu, ktoré sa mu vtierajú do podvedomia a zabraňujú objektívnemu pohľadu na skutočnosť.<sup>41</sup>

## 2. 2 „Násilná“ komunikácia

Ľudské spolunažívanie môžeme chápať ako skutočnosť duchovného poriadku: ako výmenu poznatkov vo svetle pravdy, uplatňovanie práv a plnení povinností, popud a výzvu na hľadanie mravného dobra; ako ušľachtilý spoločný pôžitok z krásy vo všetkých jej oprávnených prejavoch; ako trvalú ochotu podeliť sa s tým najlepším v sebe s inými; ako túžbu po vzájomnom a stále väčšom obohatení duchovnými hodnotami.<sup>42</sup>

Táto skutočnosť sa uskutočňuje prostredníctvom komunikácie. Ako osoby vyjadrujeme znamenia, ktoré sú často krát pochopiteľné iba tým, ktorí sa dôverne poznajú. Slová sú evidentne privilegovanými a najuniverzálnejšími znameniami. Preto sa neustále snažíme dať slovám „presný“ zmysel, objektívny, ktorý by vyjadroval spoločnú ideu všetkých. Tento druh zmyslu je nepostrádateľný vo vedeckom dialógu, v technike, alebo obchode. Ale život sám, tým ako plynie, prejavuje sa a má svoj rytmus, musí mať prednosť pred abstraktnými princípmi<sup>43</sup>,

---

<sup>41</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 91.

<sup>42</sup> Por. *Katechizmus katolíckej Cirkvi*, čl. 1886.

<sup>43</sup> Por. RUPNIK, M. I., *Spirituální četba skutečnosti*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorální teologie*, s. 185.

a preto, čím viac je komunikácia osobnejšia, tým viac sa stráca „objektivita“. Rovnaké slovo môže znamenať pochvalu alebo urážku, podľa toho, kto toto slovo vyslovuje a v akej situácii ho vyslovuje. Umenie rozhovoru s druhými spočíva v schopnosti „uvidieť“ tieto rôzne osobné odtiene a rozumieť im.

Láska a úprimná vôľa dáva chápacosť pre to, čo jeden alebo druhý myslí týmito znameniami<sup>44</sup> a schopnosť nájsť v pozadí slov hlbší význam, zmysel, jadro toho, čo bolo vyslovené.<sup>45</sup>

Napriek tomu, že nepovažujeme náš spôsob reči za „násilný“, môžu naše slová druhým ublížiť. Hriech, ktorý zraňuje lásku spôsobuje, že sme sa „naučili“ mnohým formám nepriateľskej komunikácie.<sup>46</sup> Násilný spôsob rozhovoru predkladá druhej osobe také psychologické štruktúry (ideologické, citové, sociálne, náboženské a morálne), ktoré považuje za platné a nutné. Tým vytvára na osobu priamy alebo nepriamy tlak.<sup>47</sup>

*Poručiť a zakázať.* Táto priama forma násilnej komunikácie vyjadruje autoritárstvo. Osoba je vedená k podriadenosti a závislej pasivite. Nerešpektuje sa ako osoba, ani jej citlivosť.

*Nabádať a povzbudzovať.* Je citovým a paternalistickým spôsobom rozhovoru, ktorý pôsobí na morálne vedomie človeka. Nedáva priestor pre reflexiu, pre dozrievanie osobných pohnútok a premysleniu osobných rozhodnutí a zodpovednosti.

*Radiť a presvedčať.* Druhej osobe predkladá také úsilie, orientáciu, riešenie (alebo nalieha na riešenie, ktoré vidí z vlastného pohľadu a viaže sa na vlastnú citlivosť), ktoré môže byť jednostranné a niekedy aj deformované. Vedie k závislosti a pasivite.

*Vysvetlenie a interpretácia.* Tento spôsob vedenia rozhovoru je učiteľskou snahou, ktorá sústreďuje poslucháča na minulosť a na vonkajšie zvažovanie

---

<sup>44</sup> Por. RUPNIK, M. I., *Spirituální četba skutečnosti*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorální teologie*, s. 235.

<sup>45</sup> Por. KRIVOHlavý, J., *Pastorační péče*, [stiahnuté 10. 11. 2011] dostupné na <<http://www.tscasd.cz/>>, download/studium/kombinovane/prvni\_semestr/prakticka\_teologie/krivohlavy\_pastoracni\_pece.pdf, s. 130.

<sup>46</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenásilná komunikácia*, s. 1.

<sup>47</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „Direktivní a nedirektivní vedení hovoru při formaci svědomí“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

situácie. Vysvetlenie analyzuje a upadá do ilúzie, že toto vysvetlenie vyrieši situáciu osoby.

*Návrhy.* Morálny tlak, ktorý pôsobí na osoby nevyrovnané. Návrhy sa môžu ľahko premeniť na manipuláciu a často končia vzburou a odmietaním.

Niekedy sa obávame následkov z priameho vyslovenia nášho pohľadu, a preto sa vyjadrujeme „nepriamo“. Osoba, ktorá vedie „násilný nepriamy“ rozhovor predkladá vystúpenie:

- *Oceňujúce* – vyslovuje vlastnú mienku vzťahujúcu sa na zásluhy, užitočnosť alebo vhodnosť, o ktorých vedená osoba hovorí. Osoba, ktorá vedie rozhovor takto konfrontuje inú s určitými normami a platnými princípmi.
- *Interpretujúce* – obracia pozornosť na jednu časť predloženej veci alebo problému, ktorý považuje za dôležitý. Obsahuje často hodnotenie a posudzovanie faktov.
- *Ukludňujúce* – pokúša sa upokojiť osoby ustrašené a neisté. Vidí veci svojimi očami, minimalizuje ťažkosti, ktoré druhá osoba považuje za vážne alebo ťažko znesiteľné.
- *Skúmajúce* – spočíva v kladení otázok, ktorými sa snaží pomôcť v pokračovaní rozhovoru alebo žiada objasnenie. Ľahko sa tým vyhne skutočným problémom osoby a posúdenie je veľmi zavádzajúce.
- *Porovnávajúce* – rozpráva podobný prípad aký má osoba, s ktorou hovorí. Snaží sa, aby videla situáciu zo širšieho hľadiska a vybrala si riešenie, ktoré sa jej poskytuje. Situácia tejto osoby je však osobná a neopakovateľná.
- *Rozhodujúce* – dáva múdre rady a ponúka riešenie dobre vyvážené a isté pre každú situáciu. Riešenia sú formulované z vonkajšieho pohľadu, nie sú založené na osobnom hľadaní, zvažovaní a pochopení seba samého. Nevedie osobu k jej dozrievaniu.<sup>48</sup>

---

<sup>48</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „Direktivní a nedirektivní vedení hovoru při formaci svědomí“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

„Násilné“ formy rozhovoru prinášajú bolesť osobe, ktorá zostáva uzatvorená vo svojom vlastnom svete a predkladá vlastné kritérium pre posudzovanie druhých a pre ich vedenie. Pretože nerastie u nej dôvera, nerastie ani zdravá autonómia. Dostáva sa do stavu pasivity a závislosti. Ľahko prichádza k projekcii vlastnej mentality a zásad chovania, osobným ťažkostiam a dokonca aj psychologickým problémom.

„Násilná“ komunikácia blokuje prúd lásky a milosrdenstva a môže viesť človeka k *pasívnemu* štýlu rozhovoru. V pasívnom postoji sa človek vyhýba konfliktu, mlčí, uteká, nehovorí nič, čo by mohlo vyvolať nesúhlas. Prenecháva druhým ľuďom kontrolu nad jeho osobným životom. Sám sebe nedovolí správať sa iným spôsobom. Svojim postojom vytvára situácie, v ktorých ho druhí zneužívajú. Tento pasívny štýl vedie k strachu z odmietnutia a môže vyvolať hnev.

*Pasívno – agresívnym* štýlom človek maskuje agresiu, aby sa vyhol zodpovednosti. So všetkou „nevinnosťou“ môže agresívno – pasívny človek povedať: „Nič som neurobil“.<sup>49</sup>

Obviňovanie, vyčítanie, kritizovanie, urážanie, zhadzovanie a tiež porovnávanie sú formy *moralistického* odsúdenia. Vo svete posudzovania, ľudí kategorizujeme podľa čierno – bielej šablóny na dobrých a zlých, normálnych a nenormálnych, zodpovedných a nezodpovedných, múdrych a hlúpych atď. Takáto komunikácia je veľmi neosobná a neodhaľuje farebnosť toho, čo sa deje vo vnútri druhého človeka.

Podľa psychológa Johna Gottmana existujú štyri hlavné emocionálne reakcie, ktoré deštruktívne pôsobia na každý ľudský vzťah a vzájomnú komunikáciu. Sú to *kritika, obranyschopnosť, obštrukcia a opovrhnutie*. Z týchto štyroch považuje Gottmann za najnebezpečnejšie „opovrhnutie“. Stopy opovrhnutia sú v užšom zmysle slova stopy „nepotvrdenia“. Nielen, že sa odmieta to, čo druhý hovorí, ale on sa neuznáva ani ako osoba.<sup>50</sup>

---

<sup>49</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenasilná komunikácia*, s. 3.

<sup>50</sup> Por. *tamtiež*, s. 3.

V ľudskom živote majú tiež dôležité miesto znaky a symboly. Človek ako bytosť telesná a zároveň duchovná, vyjadruje a vníma duchovné skutočnosti prostredníctvom hmotných znakov a symbolov. Ako spoločenská bytosť človek potrebuje znaky a symboly, aby mohol komunikovať s inými pomocou reči, posunkov a úkonov. To isté platí aj o jeho vzťahu k Bohu.<sup>51</sup>

Súčasťou komunikácie je teda aj mimoslovná komunikácia, ktorá prehlbuje alebo často mení význam toho, čo druhý hovorí. Človek mimoslovnú komunikáciu dokáže iba ťažko skryť. Prezrádza ju spôsob, akým sú slová vyslovené – tón reči, prízvuk, výška hlasu, rýchlosť reči; výraz tváre – mimika, gestikulácia, pozícia a vzdialenosť tela, držanie tela a jeho poloha, atď.. Mimika tváre, pohyb alebo nehybnosť tela spoluovoriaceho sú signálmi, ktoré komunikujú to, či je poslucháč pozorný a či akceptuje naše posolstvo alebo nie.<sup>52</sup> Mimoslovná komunikácia má taký význam, ako hovorené slovo, a preto je dôležité naučiť sa ju „čítať“. *Formálne* slová nie sú často krát v súlade s mimoslovnou komunikáciou. Môžeme povedať napríklad „som rád, že ťa vidím“, a najradšej by sme toho človeka nevideli. Slovný prejav, ktorý je v súlade s mimoslovnými prejavmi odhaľuje pravdivosť osobných ľudských vzťahov.<sup>53</sup>

### 2. 3 „Nenasilná komunikácia“

*„Milosrdenstvo je medzi čnosťami ako mesiac medzi hviezdami: nie je taký žiarivý a jasný ako mnohé z nich, no rozdáva upokojujúci jas, ktorý posväcuje celok. Je ako dúha, ktorá sa tiahne spoza oblakov, keď pominie búrka. Je ako svetlo, ktoré sa prediera nad súdnou stolicou.“ (Edwin Hubbell Chapin)<sup>54</sup>*

Opakom nepriateľskej komunikácie je „nenasilná komunikácia“, „bezpodmienečný jazyk“, ktorý nás spája s nami samými (celistvosť osoby)

---

<sup>51</sup> Por. *Katechizmus katolíckej Cirkvi*, čl. 1146.

<sup>52</sup> Por. BRONDINO, G. – MARASCA, M., *Citový život zasvätených*, 1. vyd. Bratislava: Serafin, 2004, s. 89.

<sup>53</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenasilná komunikácia*, s. 5.

<sup>54</sup> Por. MARCO, D. – BUBÁK, M., *Čnosti – pondelkové úvahy v Univerzitnom pastoračnom centre v Bratislave*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2009, s. 32.

a s inými, ktorý dovoľuje rozkvitnúť nášmu prirodzenému milosrdenstvu. Forma nenásilnej komunikácie vedie k srdcovému prepojeniu medzi ľuďmi.<sup>55</sup> Spočíva vo výmene vízií a citov a prebieha v rôznych rovinách, v špecificky osobných kontextoch a spätnou väzbou.<sup>56</sup>

Agapický prístup k človeku je prístupom k jeho pravde. Z duchovného hľadiska ide o snahu, aby bol človek taký, akého ho chce mať Boh, čo sa dá dosiahnuť tým, že dotyčnému priblížime Božie hľadisko, ktoré má o každom jedincovi jasnú predstavu, ktorú zdieľa a realizuje s nekonečným milosrdenstvom, bez toho, aby zlomilo nalomenú trstinu. Človek, ako ľudská bytosť, potrebuje nehu a prijatie, pretože jeho pravda je v podstate volaním po prijatí a láske.

Jedna z možností takého prístupu spočíva v naviazaní zdravého vzťahu s osobou, v ktorom táto osoba musí najskôr prežiť to, čo jej chceme povedať. Až potom, na základe skutočného a slobodného vzťahu môžeme začať rozhovor. Poučenie nesmie prísť skôr ako svedectvo alebo aspoň nesmie byť od neho oddelené. Základom takéhoto vzťahu je vedomie, že človek, ktorý bol stvorený Božou láskou, bude s druhým tiež komunikovať prostredníctvom lásky.<sup>57</sup>

Pri vzájomných rozhovoroch vychádzame v ústrety druhému človeku z vedomia sveta, ako ho táto osoba vníma, z reflektovania rôznych aspektov pomoci akú ona sama žiada a akým spôsobom ich predkladá; tiež z ocenenia ľudského a morálneho významu jej chovania a rozhodnutia, ktoré je založené na zodpovednosti človeka.<sup>58</sup> Takýto prístup vyžaduje rozvinutie nového spôsobu myslenia a rečového prejavu.<sup>59</sup>

Metóda „nenásilnej“ komunikácie spočíva v *opakovanej formulácii* toho, čo sme pochopili zo slovnej aj mimoslovnej komunikácie. Vyjadrujeme to, čo sme

---

<sup>55</sup> Por. MARCO, D. – BUBÁK, M., *Čnosti – pondelkové úvahy v Univerzitnom pastoračnom centre v Bratislave*, s. 1.

<sup>56</sup> Por. BRONDINO, G. – MARASCA, M., *Citový život zasvätených*, s. 89.

<sup>57</sup> Por. RUPNIK M. I., *Realizace člověka spočívá v lásce*, in: ŠPIDLÍK, T. – RUPNIK, M. I., *Nové cesty pastorální teologie*, s. 371–372.

<sup>58</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „*Direktivní a nedirektivní vedení hovoru při formaci svědomí*“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

<sup>59</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenasílná komunikácia*, s. 8.



odpozorovali, opakujeme obsah toho, čo osoba povedala<sup>60</sup> bez pridania nášho posúdenia a hodnotenia. V medziosobnom vzťahu je postoj, pri ktorom druhého nehodnotíme veľmi dôležitý. Je zrejmé, že skutky vyžadujú hodnotenie, ale mali by sme byť pozornými voči tomu, aby sme nehodnotili celú osobu. Inak by sme sa ľahko dostali do pozície sudcov, ktorí možno preniknú do úmyslov tých druhých, ale bez toho, aby vzali do úvahy rôzne odtiene, ktoré mohli ovplyvniť ich reakcie. Prístup k druhému bez hodnotenia umožňuje človeku otvoriť sa a vyjadriť seba samého.

Po *objasnení* slov, ktoré neboli priamo vyslovené, ale ktoré sme mohli z vyslovených myšlienok vyvodit' (napr. „ak som dobre pochopil..., zdá sa mi...“),<sup>61</sup> identifikujeme a *vyjadriť svoje pocity*. Čo cítime pri tom, keď pozorujeme a počúvame druhého človeka? Často krát by sme tieto pocity chceli zmeniť. Trpkou pravdou je, že pocity nemôžeme priamo zmeniť. S pocitmi však môžeme pracovať, keď si ich začneme uvedomovať, teda, ak im dovolíme vstúpiť do nášho vedomia. Podobne je to aj s myšlienkami. Až keď si ich uvedomíme, môžeme ich zmeniť.<sup>62</sup> Medzi chovaním a cítením existuje príčinná súvislosť. „Cítiš sa, pretože...“<sup>63</sup> Naše pocity vyjadrujú aj naše potreby. Ak niekto povie: „Ty ma nikdy nechápeš!“, môže nám tým povedať, že jeho nenaplnenou a neuspokojenou potrebou je byť pochopený. Ak manželka povie manželovi: „V tomto týždni si pracoval do noci každý deň. Viac miluješ svoju prácu ako mňa“, týmto nepriamo hovorí o svojej nenaplnenej potrebe intimity s manželom. Čím presnejšie a priamejšie sme schopní spájať pocity s potrebami, tým viac porozumieme druhým ľuďom a na druhej strane aj my im uľahčíme, aby odpovedali na naše potreby.<sup>64</sup>

Posledná úloha v procese nenásilnej komunikácie sa týka otázky *ako klásť svoje požiadavky?* Vyjadriť to, čo požadujeme je dôležitý krok v nenásilnej komunikácii. Negatívne požiadavky často vyvolávajú odpor. Ak sú naše

---

<sup>60</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „*Direktivní a nedirektivní vedení hovoru při formaci svědomí*“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

<sup>61</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 69.

<sup>62</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenasilná komunikácia*, s. 10.

<sup>63</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „*Direktivní a nedirektivní vedení hovoru při formaci svědomí*“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

<sup>64</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenasilná komunikácia*, s. 12.

požiadavky nejasné, druhí nechápu o čo ide, čo vlastne v skutočnosti požadujeme. Je preto vhodné, aby sme jasne a konkrétne vyjadrovali to, čo potrebujeme; vyhli sa neurčitým, abstraktným alebo viacvýznamovým vyjadreniam a formulovali naše požiadavky na konkrétne kroky, ktoré by druhí mohli urobiť. Nejasné tvrdenia často provokujú k obrannej reakcii: „Chcem čestné jednanie..., chcem, aby si mi dala slobodu..., chcem, aby si preukázal trochu zodpovednosti...“<sup>65</sup> Jasná slovná komunikácia nás nielen ušetrí nepotrebného utrpenia z nedorozumení, ale navyše vyúsťuje do hlbokých a trvalých vzťahov.<sup>66</sup>

Niekedy počujeme prosby ako príkazy preto, lebo máme strach, že budeme potrestaní alebo obvinení, ak nevyhovieme prosbe druhého človeka. Tento postoj je zbavený slobody v rozhodovaní. Osobu, ktorá niečo požaduje vnímame ako tú, „čo donucuje“. Rozlíšiť príkaz od prosby môžeme vtedy, keď pozorujeme správanie hovoriaceho, ak nedostane to, čo žiada. O príkaz ide vtedy, keď následne hovoriaci kritizuje druhú osobu, odsudzuje ju alebo v nej vyvoláva pocit viny za to, že nesplnila jeho požiadavku. O prosbu vtedy, keď hovoriaci prejaví porozumenie druhej osobe a jej potrebám. To, že je prosba formulovaná ešte neznamená, že vzbudí aj požadované správanie. Počúvať neznamená automaticky súhlasiť.<sup>67</sup>

Vcítiť sa do duševného stavu ľudí, ktorí neodpovedali na našu prosbu napriek tomu, že sme ju skutočne a nefalšovane vyjadrili je veľkým umením. Známkou zrelosti je postoj, keď neprestávame komunikovať s druhou osobou vtedy, keď povie „nie“ na našu prosbu; a keď ju nepresviedčame dotedy, kým nepovie „áno“.<sup>68</sup>

Keď sme ochotní pravdivo komunikovať, pokojne môžeme vyjadriť alebo počúvať tvrdenia, ktoré sa vzájomne veľmi líšia alebo sú medzi sebou protichodné, a pritom sa necítiť vinní, urazení, poníženi či nahnevaní.<sup>69</sup>

---

<sup>65</sup> Por. BRONDINO, G. – MARASCA, M., *Citový život zasvätených*, s. 90.

<sup>66</sup> Por. POWELL, J., *Kto prvý hodí kameňom?*, 2. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2007, s. 10.

<sup>67</sup> Por. BRONDINO, G. – MARASCA, M., *Citový život zasvätených*, s. 90.

<sup>68</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenasilná komunikácia*, s. 17.

<sup>69</sup> Por. BRONDINO, G. – MARASCA, M., *Citový život zasvätených*, s. 90.

Častou poruchou komunikácie je tiež nedostatok informácií. Príčinou môže byť nedôvera, sklamanie, uzavretosť. Človek, s ktorým komunikujeme nie je „jasnovidec“. Aby mohol akceptovať alebo splniť naše túžby a želania, musí ich poznať. Ak to tak nie je, nemôžeme ho trestať za to, že nás „nedokáže čítať“. Na druhej strane nadbytok informácií môže druhého tak zaplaviť, že mu znemožní priestor, v ktorom by sa slobodne a samostatne prejavil.

Ľudia schopní zrelej komunikácie nie sú iba „reagujúci“, ale ľudia slobodní pre vlastné rozhodnutie. Neohnú sa pri každom vetre, ktorý zafúka, nie sú nemilosrdne vydaní napospas každej malichernosti, nečestnosti, netrpezlivosti a hnevu druhých. Atmosféra ich netransformuje natoľko, ako oni transformujú svoju atmosféru.<sup>70</sup>

Sydney Harris, novinár a fejtonista, rozpráva príbeh o tom, ako chodieval so svojim priateľom do novinového stánku. Priateľ pozdravil predavača novín zdvorilo, ale dostalo sa mu nevrlej a nezdvorilej odpovede. Keď vzal noviny, ktoré mu predavač drzo podstrčil, Harrisov priateľ sa na neho usmial a poprial mu pekný víkend. Keď sa priatelia pobrali ďalej, fejtonista mu povedal: „Vždy sa k tebe správa tak drzo.“ „Žiaľ, áno.“ „A ty si k nemu vždy taký zdvorilý a priateľský.“ „Áno, som.“ „Prečo si k nemu taký milý, keď on je k tebe taký grobian?“ „Pretože nechcem, aby on rozhodol, ako budem konať.“

Kedykoľvek vedíme rozhovor očakávame spätnú väzbu. Môže to byť súcitný prejav, verbálne alebo neverbálne potvrdenie toho, že slová na jednej alebo druhej strane boli pochopené. O túto spätnú väzbu môžeme požiadať.

„Nenasilný“ spôsob rozhovoru vedie k tomu, aby bola osoba privádzaná k stále hlbšiemu uvedomeniu si seba, aby sa v nej prebudil zmysel pre zodpovednosť, aby sa podporila jej túžba a schopnosť prekonávať ťažkosti a mala možnosť slobodne sa rozhodovať.

Pri rozhovore je dôležité počúvať tak, aby osoba, ktorú počúvame bola v strede pozornosti a aby sme jej hovorenie neprerušovali; aby sme boli pozorní voči tomu, ako chápe samu seba, ako vidí samu seba, aký je jej obraz o sebe samej; ako premýšľa o ľuďoch všeobecne a ako o sebe; ako vníma vzťahy

---

<sup>70</sup> Por. POWELL, J., *Prečo mám strach povedať ti, kto som?*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2007, s. 24.

s druhými; aký význam prikladá situáciám, ktoré ukazuje; na akých základoch a kritériách váži svoje vlastné postoje; aký je jej vnútorný stav slobody, aké obranné mechanizmy používa; akú má stupnicu hodnôt.<sup>71</sup>

Nenásilná komunikácia potvrdzuje, že človek má kontrolu nad vlastným správaním. Tiež uznáva, že aj iný človek má kontrolu nad svojim vlastným správaním. Keď takto komunikujeme, sme schopní vzájomne si priznať svoje vlastné myšlienky, pocity, túžby a želania bez očakávania toho, že sa iní automaticky pridajú. Vyjadrujeme rešpekt a úctu k pocitom a názorom iných bez nutnosti osvojenia si ich názorov alebo osvojenia si toho, čo oni očakávajú alebo prikazujú.<sup>72</sup>

## 2. 4 Reč lásky

Všetky ľudské prostriedky komunikácie sú účinné vtedy, ak odkazujú k vlastnému prameňu kresťanského spôsobu rozhodovania, vedúcemu k participácii na božsko – ľudskom živote v Ježišovi Kristovi.

Človek, ktorý má schopnosť o sebe slobodne rozhodovať môže hlboko porozumieť druhému jedine vtedy, ak sám našiel cestu k Bohu a túto Božiu cestu do vnútra druhého.<sup>73</sup> Môže sa stať prameňom, z ktorého tečú prúdy živej vody vtedy, keď sám bude piť, stále znova, z toho prvotného prameňa, ktorým je Ježiš Kristus, z ktorého prebodnutého srdca prúdi láska (por. *Jn 19,34*).<sup>74</sup>

Láska je do nás vliata skrze Ducha Svätého. Ako dar od Boha nám umožňuje rozumieť rozhodnutiam druhého človeka. Ona sama je porozumenie. Je hlbšia ako poznanie, ktoré hľadá spôsob ako by mohlo preniknúť ďalej za to, čo už doteraz poznalo, ako by mohlo vysvetliť „dôvody“ alebo, ako by našlo hmatateľné vnútorné „príčiny“. Ak nemá toto poznanie, zostáva bezmocne stáť

---

<sup>71</sup> Por. AMBROS, P., prednáška „*Direktivní a nedirektivní vedení hovoru při formaci svědomí*“, na odbornom kolokviu CMTF UP v Olomouci, dňa 14. 10. 2010.

<sup>72</sup> Por. HEGGLIN, J., *Nenásilná komunikácia*, s. 18.

<sup>73</sup> Por. AMBROS, P., *Komunikace ve farnosti jako rozlišování v Duchu*, in: *Fórum pastorálních teologů V, „Komunikace ve farnosti“*, zborník, s. 17.

<sup>74</sup> Por. BENEDIKT XVI., encyklika *Deus Caritas est*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2006, čl. 7.

tvárou v tvár druhému človeku, ktorého nemôže bezpodmienečne prijať do seba, ani sa s ním zjednotiť. Táto cudzosť, vecnosť bez hlbšieho porozumenia je neprekonateľná, ak pristupujeme jeden voči druhému len so svojim poznaním. V láske neexistujú žiadne otázky, pretože láska má svoje vlastné svetlo. V láske všetky otázky zmlknú. Láska obsahuje v sebe aj odpoveď, má svoj vlastný pohľad na vec.

Láska chce milovaného práve v jeho nevysvetliteľnej jedinečnosti, ona je dávanie seba samej celou svojou bytosťou, (ktorá je večným pýtaním sa) do rúk milovaného „ty“. Jej nepodmienenosť prekonáva úplnú podmienenosť, ktorá tak odcudzuje tvár druhého človeka. Rovnako ako je jedinečné a nevysvetliteľné rozhodnutie jasné tomu, kto sa rozhoduje, bude skrze lásku a len v nej jasné i tomu, kto druhého miluje. Lebo bytosť so všetkými otázkami spočíva už v milovanom a nepotrebuje sa ďalej pýtať, pretože v druhom je mu všetko jasné a zrozumiteľné. Takto bude láske jasné, prečo Boh jedná s dotyčným práve tak ako jedná. Láska mu dáva vhl'ad, ktorý nemôže byť s ničím iným zamenený. Keď Boh vo svojom slobodnom a nevyspytateľnom jednaní pôsobí tak, že sa človek sám rozhoduje, potom táto láska chápe, prečo sa človek rozhoduje práve takto. Toto bezprostredné porozumenie by medzi ľuďmi nebolo nijak vôbec možné, pretože naša bytosť nie je schopná preniesť sa do tých komnát druhého, kde sa jeho rozhodnutie odohráva.<sup>75</sup>

Skutočná a bezprostredná láska človeka k človekovi nesie v sebe túžbu prijať celú bytosť milovaného takú, aká je, v jej neopakovateľnej jedinečnosti a s jej rozhodnutiami. Až vtedy začína skutočná láska. Inak je to láska len k svojmu vlastnému ideálu, ktorý toho druhého berie ako prostriedok či predmet svojej realizácie a miluje len seba samého. Bezprostredná láska takto umožňuje „rozumieť“ milovanému v jeho rozhodovaní. Páči sa jej, že je „práve taký“, a „nechce ho nijako meniť“.

Tam, kde je možné zlé a pomýlené rozhodnutie (a to je možné u každého človeka na tejto zemi), môže láska milovať a prijímať druhého takého aký je?

---

<sup>75</sup> Por. AMBROS, P., *Komunikace ve farnosti jako rozlišování v Duchu*, in: *Fórum pastorálních teologů V*, „Komunikace ve farnosti“, zborník, s. 18.

Tvárou v tvár hriechu už neexistuje žiadne porozumenie v láske. Aj tu síce ide láske o to pochopiť druhého človeka v hĺbke jeho rozhodnutí, ale pretože nemôže toto rozhodnutie z milovaného sňať, ani za neho urobiť, ani bezvýhradne odsúhlasiť, zostáva bezmocná v snahe milovať. A pretože nikdy nevieme s istotou povedať, aké má byť to správne rozhodnutie, zlyháva v podstate vždycky táto láska, ktorá chce preniknúť a rozumieť tým najvnútornejším komnatám duše druhého človeka.<sup>76</sup>

V každom prípade sa môžeme držať toho, že omyl človeka je „jeho“ omylom, časťou jeho existencie, jeho identity. Takého človeka nemôžeme milovať bez toho, aby sme spočiatku a zároveň nemilovali aj jeho omyl. Nemôžeme sa predsa k človeku priblížiť s tým, že ho najskôr rozdelíme na dve časti. Láska, o ktorej je reč, sa predsa nezameriava ako eros na niekoho láskyhodného alebo dokonca len na niekoho, ktorého si vytvárame v svojich predstavách, ale na reálneho bližneho, ktorý je taký, aký je. Nemôžeme z neho jeho omyl, alebo skôr to, čo za jeho omyl pokladáme, „vyoperovať“ bez toho, aby sme zničili jeho samého. Ak milujeme tohto človeka, musíme spočiatku a predovšetkým milovať tiež to, čo si cení a čo je pre neho dôležité alebo sa mu takým javí, totiž jeho omyl, a tiež – i jeho neveru. Aj to je jeho súčasťou. Takáto je pravda začínajúceho sa dialógu. V tejto pravde sa musíme zaujímať o omyl svojho bližneho. Ak „vsádzame“ na pravdu a dobro – máme záujem na rôznych prvkoch jeho omylu: že je pochopiteľný z jeho povahy a jeho situácie; že ho teda „chápeme“, že sa vďaka tomu bude javiť inak; že sa môže ukázať ako niečo, čo je bližšie k pravde, než sme na počiatku predpokladali, že je možno pravdivejší než naša opačná formulácia proti nemu, ktorú sme pokladali za správnu, prinajmenšom, že nám objaví nové aspekty pravdy.<sup>77</sup>

Iba ten, kto miluje Boha, môže milovať svojho brata. Pretože bezprostredná láska k človeku nemôže skutočne a tvorivo preniknúť až tam, kde je môj brat skutočne sám sebou. Žiadna bezprostredná láska nedosahuje až k najhlbšej

---

<sup>76</sup> Por. AMBROS, P., *Komunikace ve farnosti jako rozlišování v Duchu*, in: *Fórum pastorálních teologů V*, „*Komunikace ve farnosti*“, zborník, s. 18–19.

<sup>77</sup> Por. DIRKS, W., *Zed' nebo most?* in: RAHNER, K. WELTE, B., *Novou odvahu k ctosti*, 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 1998, s. 47.

osobnej komnate vo vnútri druhého, až k jeho „duši“ v tom zmysle, že je tu možnosť toho najosobnejšieho rozhodnutia k spásu. Lebo to je skutočný biblický zmysel duše, ktorá nie je len nejakým vnútorným priestorom pre myšlienky a pocity, ako protipól k tomu, čo sa deje vonku vo svete. Skutočná starostlivosť o dušu je možná iba v Bohu.<sup>78</sup>

*„K ľuďom si ma poslal. A nemôžem pred nimi utiecť. Nachádzam ich takých, ako som Ti to povedal. Potom to už nie je signál k úteku z príliš ľudskej situácie, ale znamenie, že som našiel pole s jeho kameňmi a trnistými ohradami a tvrdo vychodenými cestami, na ktorých Ty, nepochopiteľný a márnотratný Bože, chceš, aby som rozsieval semeno Tvoje pravdy a Tvojej milosti. A potom mám hľadiť na to, ako padá na cesty a na skalú a do trnia a zobú ho nebeskí vtáci a zostáva neplodné. Ba i tam, kde zdanlivo padá na úrodnú pôdu, ako by sa zasa tajomne premieňalo na to, do čoho bolo zasiate: do malého človečenstva. Tú skutočnú úrodu, ktorú prináša, tridsaťnásobnú, šesťdesiatnásobnú, stonásobnú, môžeš vidieť snáď len Ty sám. Keď sa domnievam, že ju vidím, musím ešte pochybovať: lebo nepovedal si Ty sám, že nikto nevie, či je skutočne hodný Tvojho kráľovstva?“ (Modlitba Karola Rahnera)<sup>79</sup>*

Osoby, ktoré sa chcú vzájomne poznať, zdieľať a viesť vzájomný rozhovor sa vyjadrujú nielen prostredníctvom slov, ale aj znamení a symbolov. Gesto, napr. úklon, nadobúda svoj význam ako symbol úcty vtedy, keď je vyjadrený voči druhému človeku. Preto je zrozumiteľný. Hĺbka významu sa mení podľa toho, aký je medzi osobami vzťah. Aj malé znamenia sú plné významov, pretože ukazujú na veľkosť lásky. Malá kvetinka môže vyjadriť veľa skutočností, ktoré slovami nedokážu vyjadriť. Čím sú tieto gestá osobnejšie, tým viac sú žiaduce.<sup>80</sup>

---

<sup>78</sup> Por. AMBROS, P., *Komunikace ve farnosti jako rozlišování v Duchu*, in: *Fórum pastorálních teologů V, „Komunikace ve farnosti“*, zborník, s. 21.

<sup>79</sup> Por. RAHNER, K., *Slova do mlčení*, 1. vyd. Svitavy: Trinitas, 2004, s. 61.

<sup>80</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Vnitřně zakoušet*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2009, s. 377.

### 3. RADOSTI A FRUSTRÁCIE ZO SLOV

Radosť z komunikácie a radosť zo života vyžaduje od človeka úsilie.

*Aby mal človek radosť a bol šťastný*, musí čeliť sklonu – „čo najmenej sa namáhať“, pretože tento sklon ho vedie buď k tomu, aby zostal stáť na mieste alebo, aby obnovu svojho života hľadal vo vonkajšom pobežovaní. Preto je dôležité, aby zapustil hlboké korene v bohatých hmatateľných skutočnostiach, ktoré ho obklopujú a pracoval na svojom vnútornom zdokonaľovaní. Duch namáhavo budovaný skrze hmotu a nad ňu.

*Aby mal človek radosť a bol šťastný*, musí čeliť sebecktu, ktoré ho pobáda k tomu, aby sa uzavrel do seba alebo, aby druhých dostal pod svoju nadvládu. Existuje zlé a neplodné milovanie, v ktorom sa človek snaží vlastniť, namiesto toho, aby sa dával. Jedine láska, ktorá sa vyjadruje spoločne uskutočňovaným duchovným pokrokom robí človeka šťastným.

*Aby mal človek nepomiňajúcu radosť a bol úplne šťastný*, musí tým či oným spôsobom preniesť konečný záujem a stred svojej existencie do niečoho väčšieho, než je on sám. To neznamená, že má robiť mimoriadne a zvláštne činy. Ide o to, aby si uvedomil svoje nedeliteľné spojenie s veľkou „Osobou“ a potom „veľko“ robil malé veci. Aby rozpoznal uprostred svojich slov a nepatrných činností nekonečno, ktoré sa nimi uskutočňuje a ktoré ho priťahuje. Rozoznať ho a pritiahnúť sa k nemu – to je v konečnom dôsledku kľúč k šťastiu.

Najväčšia radosť z komunikácie teda spočíva v hlbokom a inštinktívnom napojení sa na prúd života.<sup>81</sup>

#### 3. 1. Počúvanie

Ak je Boh Slovo, my sme počúvaní. Slovo nemá zmysel pokiaľ nikto nepočúva a hovoriaci nakoniec zmĺkne, keď nikto nenastaví ucho, keď má pocit,

---

<sup>81</sup> Por. CHARDIN P. T. de, *Úvahy o štěstí a lásce*, s. 19–20.



že mu nikto nevenuje pozornosť. Ak je Boh, ktorý zjavil svoju tvár v osobe Ježiša Krista naším Bohom, ak je evanjelium radostnou zvesťou, ktorá osvecuje náš život, potom jediným spôsobom, ako žiť v spoločenstve s ním, je postoj počúvania.<sup>82</sup>

Vzťah so Slovom sa nevytvára raz a navždy. Nanovo, každý deň je človek volaný k stálemu dialógu s Tým, ktorý ho posielal k bližným. Bez tohto dialógu človek zdanlivo v mene Krista komunikuje s bližným, ale v skutočnosti iba potvrdzuje len vlastný spôsob myslenia alebo cítenia, lebo nie je v kontakte s tým, ktorý ho poslal. Postupom času sa môže stať neschopným vnímať, čiže hlboko počúvať okolitú realitu, neschopným každodenne rozlišovať to, čo je z Ducha. Preto je potrebná každodenná snaha o osobnú modlitbu, dialóg a konfrontáciu vlastného spôsobu myslenia a cítenia s Pánovým myslením a cítením.

Tento životný vzťah si vyžaduje hlboký postoj dôvery, ktorý nachádza svoje konkrétne vyjadrenie v schopnosti zachovať si odstup od svojich rozumových dôvodov, od svojich očakávaní, ktoré niekedy určujú podmienky aj Bohu, žiadajú od neho okamžitý zásah, aby zmenil určité situácie alebo uskutočnil osobné túžby. Je dôležité zveriť sa Niekomu a rozpoznať v osobách a v každodenných udalostiach prítomnosť Boha; pozerat' na osoby, udalosti, fakty, nielen z pohľadu svojich túžob, očakávaní a plánov, ale naučiť sa decentralizovať od seba, aby sme priľnuli k širším plánom inej Osoby.<sup>83</sup>

Boh sa nám zjavuje v meniacom sa živote ľudí. Krása každého brata alebo sestry odкрýva závoj, ktorý zahaľuje Božiu tvár. Počúvanie nás posúva od nepriehľadnosti k priehľadnosti. Je to pohyb od času ako náhodnej série príhod a nehôd k času ako neustálej príležitosti zmeniť srdce. Nakoniec je to posun od ľudí ako zaujímavých postáv, k ľuďom, ktorí majú v sebe oveľa viac, než sami tomu veria.<sup>84</sup>

Ježiš Kristus daroval ľuďom novú radosť zo života: znovu ho pozdvihol a ponúkol mu nečakanú dôstojnosť. Jánovo evanjelium jasne hovorí, že Ježiš dal

---

<sup>82</sup> Por. FALLETTI, C., *Hlas jemného vánku*, 1. vyd. Praha 1: Paulínky, 2008, s. 29.

<sup>83</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 64.

<sup>84</sup> Por. NOUWEN, H., *Ako klaun v Ríme*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2009, s. 81.

nášmu životu novú chuť tým, že na nás vylial Svätého Ducha. On mení obyčajnú vodu na víno, na víno, ktoré rozveseľuje ľudské srdce (por. *Jn 2*). Víno človeka povzbudzuje a môže do jeho života vniesť lásku. Ježiš prišiel, aby nám daroval život a daroval nám ho v hojnosti (por. *Jn 10,10*). Ak dovolíme Duchu, aby cez nás prenikla plnosť života, budeme ľuďmi schopnými načúvať iným spôsobom. A pretože každý z nás odzrkadľuje Ježišovho Ducha jedinečným a osobným spôsobom, aj každá komunikácia má svoju jedinečnú a neopakovateľnú formu. Dôležité je, (bez uzatvárania sa), pripustiť tieto odlišnosti a pluralitu foriem. S vyšším vekom a skúsenosťou sa počúvanie a komunikácia môžu stať ľahšími. Nadšenie z mladosti sa môže vytrácať, no otvára sa možnosť stretnúť sa s človekom novým spôsobom, zanechať minulosť, postupne sa zrieknuť „kormidla riadenia“ a dovoliť, aby v nás konal iba Boh.<sup>85</sup>

Počúvanie je základným postojom kresťana, pretože Pán, ktorý ho prichádza spasiť a ktorý ho priťahuje, je Slovo. Slovo, ktoré na počiatku vzišlo z Otcovho lona. To isté Slovo sa stalo telom, aby hľadalo telesného človeka, človeka slabého, krehkého, stratenú bytosť.

Každý človek má potrebu byť vypočutý, pochopený, prijatý a milovaný. Proces načúvania spojený s úsilím o pochopenie toho druhého, vytvára nielen zdravé ovzdušie, ale aj posvätný priestor. Preto ten, kto počúva, musí mať otvorené srdce a túžbu stretnúť sa s druhým novým spôsobom.<sup>86</sup>

Jedno portugalské príslovie hovorí, že každý človek potrebuje ucho, do ktorého by mohol vyrozprávať, čo má na srdci. Už staroveký filozof Seneca bedákal nad skutočnosťou, že nenachádza poslucháčov: „Komu môžem povedať: Som tu, prosím ťa, počúvaj ma, aby som neupadol do šedej samoty?! Ó, Bože, či na svete nie je nikto, kto by ma počúval?“ Sv. Jakub vo svojom liste pozýva k počúvaniu v zmysle slov: „Každý človek má byť rýchly, keď treba počúvať, ale

---

<sup>85</sup> Por. GRÜN, A. – SARTORIUSOVÁ, CH., *Ľudská zrelosť zasvätených osôb*, 1. vyd. Bratislava: Don Bosco, 2007, s. 128–129.

<sup>86</sup> Por. FALLETTI, C., *Hlas jemného vánku*, s. 29.

pomalý do reči a pomalý do hnevu.“ (*Jak* 1,19) Počúvanie je spôsob, ako umožniť inému ponoriť svoj život do srdca druhého.<sup>87</sup>

Profesor psychológ Jaro Křivohlavý napísal svoju skúsenosť spojenú s počúvaním: „Bol som pozvaný na návštevu. Pozorná hostiteľka si bola vedomá toho, že zblížovanie pri stole je umocnené tým, že sa hosťom predloží niečo dobrého k jedlu a pitiu. Preto podávala zákusky a čaj. Vo chvíli, keď dolievala čaj, neustále hovorila a hovorila. Žiaľ, zrejme v domnienke, že moja šálka je prázdna, (nevšimla si, že mám v šálke ešte cez polovicu nedopitého čaju), sa stalo, že liala a liala – a šálka pretekala a pretekala...“

Tento príbeh hovorí o rozhovoroch s druhými ľuďmi. Koľkokrát sme sa podobali tejto hostiteľke. A mysleli sme to dobre. Hovorili sme a hovorili – podobne ako ona, keď dolievala a dolievala čaj. Nevšimli sme si, že v duši blízneho nie je prázdno, že je plný svojich starostí, problémov, ťažkostí, bolesti a neistôt. A všetky slová, aj keď dobre mienené, išli cez okraj – ako ten čaj. Rozhovor môže byť účinný len vtedy, ak sa naučíme najskôr počúvať a až potom s citom „dolievať“.<sup>88</sup>

Medziosobná komunikácia je skutočnosť, v ktorej – vplyvom rôznych okolností – nemusí prísť k pochopeniu toho, čo chceme sprostredkovať. Tam, kde sa ľudia vzájomne nepočúvajú, hrozí nebezpečenstvo, že budú žiť vedľa seba, ale nie spolu.<sup>89</sup>

Každý človek má svoje špecifické pozadie, hodnoty, myšlienky, pravidlá a znaky, vplyvom ktorých slová, ktoré používa, nadobúdajú špecifický význam. Počúvajúca osoba zaujíma postoj očakávania a rešpektu voči tomu kto hovorí na základe predchádzajúcich informácií a tiež pozitívnych alebo negatívnych interakcií, ktoré už mala s touto špecifickou osobou. Môže subjektívne „filtrovať“ komunikáciu, ktorú prijíma a odvolávajúc sa na svoju osobnú skúsenosť, môže dať iný význam slovám, ktoré počúva. Tiež môže zvýrazniť

---

<sup>87</sup> Por. JUDÁK, V., *Vo všedný deň nevšedne*, 1. vyd. Bratislava: Karmelitánske nakladateľstvo, 2010, s. 174.

<sup>88</sup> Por. KŘIVOHLAVÝ, J., *Povídej naslouchám*, s. 97–98.

<sup>89</sup> Por. KONGREGÁCIA PRE INŠTITÚTY ZASVÄTENÉHO ŽIVOTA A SPOLOČNOSTI APOŠTOLSKÉHO ŽIVOTA, inštrukcia *Bratský život v spoločensve*, 1. vyd. Banská Bystrica: Rímskokatolícky úrad Banská Bystrica, 1996, čl. 32.

niektorý okrajový prvok komunikácie a statí tak z dohľadu to, čo bolo v komunikácii podstatné. Môže sa zastaviť na detailoch, ktoré zodpovedajú jej osobnej potrebe, vlastnej špecifickej citlivosti, ktorá sa v nej vplyvom určitých okolností v minulosti formovala. To môže zapríčiniť vznik nedorozumení, tieseň, nepríjemné pocity, vnútorné napätia, pocit nepochopenia, uzavretie sa.

Počúvanie je umením, ale aj veľkým darom, ktorý má málo ľudí. Duch Svätý, darca darov jazyka, je rovnako darcom „daru uší“. V angličtine sa používajú dve slová pre charakterizovanie sluchového vnemu. Slovo „hear“, ktoré znamená počúvať a slovo „listen tu“, ktoré znamená viac. Je to postoj „načúvania“ spojený so záujmom o osobu, ktorá k nám hovorí.<sup>90</sup> Keď osoba nájde toho, kto ju skutočne počúva, je povzbudená otvoriť sa a darovať dôveru. Postoj počúvania vyžaduje najmä hlboké presvedčenie o hodnote toho, čo práve prebieha, teda presvedčenie, že počúvanie patrí k najvzácnejším darom, ktoré si človek môže vymeniť s druhým človekom. Je to priestor, ktorý necháme druhému človeku, aby sa mohol vyjadriť a komunikovať to, čo uzná za vhodné,<sup>91</sup> aby mohol ponúknuť svoj dar.<sup>92</sup>

Pri počúvaní je dôležitá koncentrácia, sústredenosť vlastných intelektuálnych a emotívnych síl na pozorné počúvanie toho, čo sa hovorí. Emócie v hlase, výraz tváre a reč tela, ktoré sprevádzajú slová toho, kto hovorí nám umožňujú jeho čitateľnosť. Nemusíme si v duchu pripravovať odpoveď na to, čo nám druhý hovorí.<sup>93</sup> Je dôležité pochopiť človeka, ktorý rozpráva, teda snažiť sa vidieť veci z jeho pohľadu, aby sme tak prenikli, nielen rozumovo, ale aj intuíciou srdca do jeho spôsobu videnia skutočnosti, do jeho obáv, únav a očakávaní.<sup>94</sup> Istý rečník raz povedal: „Prosím, počúvajte aj to, čo som nepovedal.“ Takmer každý to inštinktívne pochopí. Sú chvíle, keď jednoducho nevieme nájsť správne slová alebo nemáme odvahu ich vysloviť. Musíme dúfať,

---

<sup>90</sup> Por. VELLA, E., *Ježiš, môj uzdravovateľ*, 1. vyd. Banská Bystrica: Per Immaculatam, 2002, s. 179–180.

<sup>91</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 70–71.

<sup>92</sup> Por. POWELL, J., *Šťastie sa začína vnútri*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 1991, s. 144.

<sup>93</sup> Por. *tamtiež*, s. 143.

<sup>94</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 72.

že srdce poslucháča aj tak pochopí. Porozumieť slovám nevysloveným môže iba srdce, ktoré je rozhodnuté pre lásku.<sup>95</sup>

Tak ako kultúra je v prvom rade schopnosťou „počúvať“ v zmysle všímať si a obdivovať to, čo je hodné obdivu, aj kultúra spolunažívania spočíva vo všímaní si a obdivovaní toho, čo je v ľuďoch hodnotné a krásne.<sup>96</sup>

Vyjadrený obdiv nerobí nikoho menším. Napriek tomuto faktu, ľudom robí problém vyjadriť uznanie alebo pochvalu. A hoci sa chváli tak málo, nájdu sa tiež jednotlivci, u ktorých prejav uznania je dokonale „tuctovitým“, prázdny, zautomatizovaným reflexom.<sup>97</sup>

Pochvala a obdiv úzko súvisia s pravdou. Sv. Augustín hovorí: „Nevychádzaj zo seba, obráť sa do seba, vo vnútri človeka sídli pravda.“

Istý človek prišiel k filozofovi Sokratovi a začal mu rozprávať, čo o ňom povedal jeho priateľ. Sokrates pri každom ozname zastavil jeho reč a opýtal sa ho, či slová, ktoré chce povedať, „preosial troma sitami“: Sitom pravdy, sitom dobroty a sitom potreby. Tento človek pri každej otázke odpovedal: „Nie“. Filozof sa usmial a povedal: „Ak to teda nie je pravdivé, ani dobré, ani potrebné, nezaoberajme sa tým.“ Koľko slov by sme povedali, keby sme sa riadili zásadou Sokrata?!<sup>98</sup>

Rovnako ako pochvala a obdiv je v postoji počúvania dôležitá čnosť trpezlivosti. Trpezlivosť je vždy všímavá voči novým víziám a perspektívam. Keď sa zatvoria jedny dvere, trpezlivosť nájde druhé. Ak sa niečo zjaví bez fanfár, trpezlivosť si dopraje čas, aby objavila jeho vnútornú slávu. Keď sa chvíľa nezdá sľubná, trpezlivosť objaví v nej niektoré prekvapujúce klady a dobrodenia. V tomto zmysle je trpezlivý človek vlastne „nezmar“, ktorý tvárou v tvár utrpeniam a ťažkostiam je nielen schopný hlboko počúvať, ale je aj darcom nádeje a radosti.<sup>99</sup>

---

<sup>95</sup> Por. POWELL, J., *Šťastie sa začína vnútri*, s. 144–145.

<sup>96</sup> Por. GARCZYŃSKI, S., *Ako vychádzať s ľuďmi*, 1. vyd. Bratislava: Obzor, 1968, s. 178.

<sup>97</sup> Por. *tamtiež*, s. 178–180.

<sup>98</sup> Por. JUDÁK, V., *Vo všedný deň nevšedne*, s. 158.

<sup>99</sup> Por. AUGUSTYN, J. JEDLINSKI, K. SANTORSKI J., *Terapia a pastorácia*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 1999, s. 178.

### 3. 2 Empatia

Tri dni šiel žobrák cestou necestou. Počas celej cesty nemal čo do úst. Štvrtý deň stretol iného žobráka. Ten bol na tom podobne. Tiež išiel už tri dni cestou necestou a po celej ceste nič nejedol. Obaja mali hlad. Pozreli sa na seba a bez toho, aby ktorýkoľvek z nich prehovoril čo len jediné slovo, jeden z nich vytiahol z batohu krajec chleba – poslednú „železnú zásobu“. Rozlomil ho na polovicu a jednu dal spoločníkovi.

Tento krátky príbeh hovorí o skutočnej komunikácii človeka s človekom, ktorý „vidí“ potrebu druhého a „rozhoduje sa“ pre čin, ktorý mu môže pomôcť. Nemusel pritom ani pripomínať, že „nielen samým chlebom je živý človek“ a že nie sú len žobráci, ktorí potrebujú peniaze.<sup>100</sup>

„Jemnosť citenia môže byť oveľa vyššia než prenikavosť rozumu.“<sup>101</sup>

Empatiou sa stávame osobou plne prítomnou pre druhého. Vstupujeme do jeho lodičky, kde on je kapitán. Toto osobné slobodné rozhodnutie môžeme obnovovať niekoľkokrát za deň.

Empatiou sa plnšie zúčastňujeme na skúsenostiach druhého človeka – na jeho myšlienkach, pocitoch a postojoch. Empatiou sa obúvame do topánok druhého človeka. Vďaka schopnosti našej mysle a predstavivosti chceme to, o čo sa on usiluje, cítime to, čo on cíti, prežívame to, čo on prežíva. V istom zmysle sa do neho *vžijeme*.

Sila empatie spôsobuje, že sa človek mení novými skúsenosťami. Ten, kto vychádza zo seba, aby na chvíľu žil v osobe a svete iného človeka, už nikdy nie je ten istý, keď sa z tejto skúsenosti vracia k sebe. Uzdravenie a premena empatiou je vždy vzájomná. Uzdravuje a premieňa oboch – prijímajúceho aj dávajúceho. Empatická reakcia jasnou a nepopierateľnou rečou hovorí: „Nie si sám. Som s tebou, lebo mi na tebe záleží.“<sup>102</sup>

Dr. Larry Crabb v svojej knihe „Umenie priblížiť sa“ opisuje hlbokú túžbu človeka po blízkosti druhého. „Keď uvidíte, že som plný pochybností a nenávisťi

---

<sup>100</sup> Por. KŘIVOHLAVÝ, J., *Povídej naslouchám*, s. 5.

<sup>101</sup> Por. FRANKL, V. E., *Neuvedomený Boh*, s. 34.

<sup>102</sup> Por. *tamtiež*, s. 123.

k sebe samému, keď ma budete pozorovať v dobách môjho najväčšieho sklamaní, zlyhania a frustrácie, chcem, aby ste boli naplnení mučivou úzkosťou, plakali so mnou, keď budem plakať; zároveň nádejou, nie prázdnu nádejou, ktorá hovorí banality typu: 'Určite sa to vyrieši' alebo 'vydrž, chce to čas', ale nádejou, ktorá existuje preto, že vo mne vidíte niečo, čo je absolútne krásne. Že uvidíte vo mne život. Chcem vo vašich očiach zachytiť záblesk, ktorý mi povie o vašej istote, že je vo mne niečo viac než len moje problémy a dôveru a nádej, že to dobro vyjde najavo. Chcem, aby ste cítili bolesť, keď uvidíte, ako je to hlboko ukryté pod toľkými zlými vecami a chcem, aby ste boli vášnivo presvedčení o tom, že z Božej milosti to dobro čaká, kým nebude uvoľnené.'<sup>103</sup>

Empatia, podobne ako aj iné schopnosti zahrnuté v komunikácii, je schopnosť, ktorú možno nadobudnúť cvičením.<sup>104</sup>

Empatia *ako postoj* označuje citlivosť voči druhému človeku, pozornosť k jeho životným hodnotám, radosť z rastu jeho osobnej integrácie, z vyjasnení pri jeho rozhodovaní. Je to schopnosť ponoriť sa do subjektívneho sveta druhého a byť čo najviac účastný na jeho skúsenostiach.

Empatia *ako technika* označuje zrieknutie sa návrhov na riešenie. Označuje postoj odrazu v zrkadle.<sup>105</sup>

Empatia je stály spôsob chôdze a nie krátkodobé tancovanie. Postoj empatie odzrkadľuje celú ľudskú osobnosť. Nás spôsob vyjadrovania závisí od toho, kým sme.<sup>106</sup>

Ak sa človek inému otvorí a na druhej strane nemá uisťujúcu odpoveď, má pocit, že „hovorí s dverami“. Je to vždy pocit nepríjemný a frustrujúci. Cíti sa ako „odpísaný“. To, čo by si prial je uistenie, že ho ktosi vypočul a že sa poslucháč pripojil k jeho vlastnej skúsenosti.

*Neutralita* je niečo ako zavreté dvere. Hovorí: „Je mi to naozaj jedno.“ Tento druh nezájmu je veľmi bolestivý.

---

<sup>103</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, 1. vyd. Praha: Návrat domu, 2000, s. 60.

<sup>104</sup> Por. POWELL, J., *Kto prvý hodí kameňom?*, s. 118–119.

<sup>105</sup> Por. *Sprevádzat' povolania*, zborník prednášok z II. medzinárodného kurzu pastorácie povolání na Slovensku, Dolný Smokovec 3 – 8. apríl 2005, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2005, s. 40–41.

<sup>106</sup> Por. GARCZYŃSKI, S., *Ako vychádzať s ľuďmi*, s. 215.

*Súcit* znamená, že spolu s človekom prežívame predovšetkým nejaké jeho utrpenie. Existuje tu určité riziko, že ak prejavíme súcit, budeme pôsobiť nadradene.

Prekážkou empatie je presvedčenie, že druhý človek je rovnaký ako my. Nechceme pripustiť, že druhý vidí veci inak ako my, a že aj inak reaguje. Svoju schopnosť byť empatickým musíme rozvíjať na základe uvedomenia si jedinečnej odlišnosti každej ľudskej bytosti. Musíme vedieť opustiť svoje myšlienky, vlastné inštinkty a „obliecť“ sa do tých, ktoré patria inému človeku. V istom zmysle empatia je základnou zručnosťou poslucháča v procese dobrej komunikácie. Byť empatickým je ťažké najmä vtedy, keď druhý s nami nesúhlasí alebo nás nemá rád alebo sa mu nepáči to, čo robíme. Dostať sa zo svojich topánok a obuť si topánky týchto ľudí napomáha osobnému rastu. Učiť sa tomuto postoju je pomalý proces.<sup>107</sup>

Empatický poslucháč neponúka druhým iba „svoju hlavu“. Počúvať iba hlavou je pomerne jednoduchá záležitosť. Pozorne si rozoberieme predložené fakty a logiku celej veci. Takýto postoj zanechá v hovoriacom pocit, že je iba nejakým prípadom alebo problémom. Keď počúvame iba fakty, počujeme iba časť a celok nám uniká. Hlavou počúvajúcí človek sa obyčajne vyhne skutočnej empatii tým, že počuje iba slová bez vnútorného zmyslu. „Presne toto si povedal.“ Ďalšia prekážka empatie vychádza zo skutočnosti, že ľudia zvyčajne myslia omnoho rýchlejšie, ako sú schopní rozprávať. Preto sa počúvajúcí musí sústrediť na hovoriaceho. Keďže myslíme rýchlejšie, ako hovoriaci rozpráva, malé odbočenia mysle môžu byť dosť veľkým pokušením. Ak podľahneme tomuto pokušeniu, citlivý hovoriaci to zaregistruje a vyvodí z toho, že sa nudíme alebo, že nás jeho rozprávanie nezaujíma.

Najväčšou prekážkou empatie je však pozornosť upnutá na seba samých. Máme pokušenie vzťahovať svoje skúsenosti na všetko, čo počujeme. Seba a svoje skúsenosti postavíme ako normu pre každého. „To je zvláštne“ – sme prekvapení, keď počujeme čosi, čo sme nikdy neskúsili. „Dost' možné, ale niečo mi tu neseď.“ Alebo máme zoznam vecí, ktoré musíme urobiť a zaujíma nás už

---

<sup>107</sup> Por. POWELL, J., *Kto prvý hodí kameňom?*, s. 120.



len to, ako dlho nás hovoriaci bude ešte zdržiavať. Tento druh netrpezlivosti sa prejaví v predstieranom záujme. Hovoriaci zvyčajne tento „záujem“ vytuší s pocitom, že je pre poslucháča bezvýznamný.<sup>108</sup>

Človek počas svojho života rozvinie svoje rôzne schopnosti: naučí sa organizovať, plánovať, odborne sa vyjadrovať, radiť, ale vo všeobecnosti sa málo sústredí na život tých druhých.<sup>109</sup>

- Zrelí ľudia sú v hlbokom a zmysluplnom kontakte so svetom okolo seba.
- Nenačúvajú len sebe samým, ale aj hlasom tohto sveta.
- Šírka ich individuálnej skúsenosti je nekonečne znásobená citlivou empatiou s druhými.
- Trpia s trpiacimi, radujú sa s radujúcimi.
- Na jar sa vždy znovuzrodia, cítia účinok veľkých tajomstiev života: narodenia, rastu, lásky, utrpenia, smrti.
- Ich srdcia poskakujú spolu so „zaľúbenými“ a vlastnia niečo z ich radosti.
- Poznajú aj filozofiu geta beznádeje, samoty v utrpení bez útechy. Zvon vždy pre nich zvoní nejakým zvláštnym spôsobom.<sup>110</sup>

### 3.3 Komunikačné „bloky“

Podstatným prvkom komunikácie nie je obsah rozhovoru, ale osoba, s ktorou vstupujeme do kontaktu. Ak neberieme ohľad na osobu, s ktorou máme hovoriť a neprispôbíme svoj jazyk poslucháčovi, môže ľahko vzniknúť komunikačný blok:

- *Poskytovanie rady:* „Mal by si urobiť toto...“ – druhých zbavujeme osobnej zodpovednosti za ich myslenie a rozhodovanie.
- *Porovnávanie:* „Som si istý, že vyzerám lepšie ako...“ – iných hodnotíme a porovnávame ich so sebou.

---

<sup>108</sup> Por. POWELL, J., *Kto prvý hodí kameňom?*, s. 121.

<sup>109</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 71.

<sup>110</sup> Por. *tamtiež*, s. 59.

- *Počítačová odpoveď*: „Hovorí, že štúdie ukazujú...“ – super dokonalá naučená spätná väzba – vyvoláva pocit nerovnocennosti a osamelosti.
- *Rozptyľovanie*: „Povedz, nie je toto úžasné miesto?“ – druhého necháme hovoriť dotiaľ, kým nám to vyhovuje, potom presúvame pozornosť na inú skutočnosť.
- *Snívanie*: Čože?... Aha,... jasné... rozumiem. – rojkovia sa zvyčajne pokladajú za tých, ktorí majú dobré úmysly. Blúdia však po vedľajších chodníčkoch. Prvá vec o ktorej rozprávajúci hovorí, rojkovi niečo pripomenie a vyvolá voľné asociácie.
- *Filtrovanie*: „Ďalší dobrý deň v práci, však?“ – prijímame iba niektoré časti života druhého človeka.
- *Identifikovanie*: „Áno, tak je to. Ako keď som ja...“ – pozorne počúvame iba dovtedy, kým nenájdeme medzi nimi odrazový mostík pre svoj vlastný príbeh.
- *Ignorovanie*: „.....“ – nikdy nezaujímame nijaké stanovisko k tomu, čo druhý hovorí. Necháme to jednoducho „visieť vo vzduchu“.
- *Prikyvovanie*: „Jasné. Fakt. Máš pravdu.“ – jedinou našou snahou je byť obľúbený a mať vždy a za každú cenu pokoj.
- *Nacvičovanie svojej odpovede*: „Len čo skončí so svojím rozprávaním, poviem mu...“ – pri „nacvičovaní“ síce vyzeráme, akoby sme počúvali, ale v skutočnosti nie sme naladení na vlny druhého. Sme vždy pripravení chrániť svoju tvár alebo svoj názor.
- *Sarkazmus (ťat' do živého)*: „Nemusíš sa tak hnať, miláčik. Prečo si taký červený? Maľuješ sa ako klaun. Si primitív ako tvoj otec.“ – sarkazmus nám bráni tešiť sa zo skutočnej intimity. Bojíme sa intimity a sarkazmus sa postará o účinnú bariéru. Najúčinnější spôsob na vytvorenie odstupku medzi nami, je zraniť druhého.<sup>111</sup>

Akékoľvek správanie, ktoré stavia bariéru medzi hovoriaceho a poslucháča, je blok. Zabraňuje nám počuť zmysel vypovedaného slova, nespája nás a vzťah zostáva povrchný.

---

<sup>111</sup> Por. AUGUSTYN, J. JEDLINSKI, K. SANTORSKI J., *Terapia a pastorácia*, s. 27.

Ďalšou prekážkou pri spojení v komunikácii spôsobuje strach a vina. Svätý Ján napísal: „V láske niet strachu... a kto sa bojí, nie je dokonalý v láske“ (por. *1Jn* 4,18). Strach môže pochádzať z nášho mylného obrazu Boha.<sup>112</sup>

Aby sa človek prestal báť Boha, nesmie sa báť ani človeka, s ktorým bude mať možnosť nadviazať hlbší kontakt. Pretože skrze človeka nám Boh ukazuje, že láska je možná.

V tomto zmysle, zvlášť v spoločenstve Cirkvi, je dôležitá výchova pri utváraní osobnosti človeka. Zodpovedná výchova nemôže byť projektovaná na výchovu chorobne úzkostlivej osobnosti. V tomto systéme je určený model dobrého a zrelého človeka a až potom sa hľadajú výchovné prostriedky rozličného druhu k tomu, aby mohol človek tento model uskutočniť. Robí sa to v klíme podnecujúcej najhlbšie inšpirácie a túžby. Napríklad preto, lebo ide o nasledovanie Krista. Z psychologického hľadiska vedú človeka k tľmeniu, popieraniam a hierarchizovaniu emocionálnych impulzov na vyššie a nižšie. Ide o rozdelenie osobnosti na ideálnu a hriešnu, na vyššie a nižšie aspekty vlastnej prirodzenosti a tak ďalej. Svoje reakcie a impulzy podrobujeme skúmaniu, z ktorého vyvodzujeme, či sme hodní trestu alebo odmeny. Človek, ktorý sa pokúša – popieraním „nižších citov“ – podrobiť ideálu zbožnej osoby, dožíva sa sklamaniam, frustráciám, zraneniam, depresiam.<sup>113</sup>

Vychovávanie svedomia v tomto smere neznamena poskytovať pred spovedňou nejaké vlastné „zrkadlo“, ale vydať svedectvo života podľa Ducha lásky.

V praxi každodenného života sa s touto realitou často stretáme. Príkladom môže byť matka, ktorá hovorí synovi: „To si neurobil ty, ale taký diablík v tebe.“ Týmto vynucuje „idealizáciu“ časti osobnosti človeka za cenu odvolávania sa na iné aspekty jeho skúsenosti. Prostriedkom ukladania trestov a odmien vedie k negatívnejmu chápaniu už predtým prežívanej viny a hrozby časného alebo večného trestu. Tieto skutočnosti môžeme riešiť aj iným spôsobom. Môžeme povedať človekovi, aby urobil zo svojho rozumu veľké priestranstvo, ktoré si

---

<sup>112</sup> Por. AUGUSTYN, J. JEDLINSKI, K. SANTORSKI J., *Terapia a pastorácia*, s. 27.

<sup>113</sup> Por. *tamtiež*, s. 28.

opatrne poprezerá a preskúma, nájde v ňom svoj deštruktívny impulz, prijme ho; nájde v sebe svoju zlosť a prijme ju; nájde v sebe svoju nenávisť a prijme ju. Aby sa naučil byť nádobou, ktorá to všetko môže obsiahnuť, naučil sa prijať toto všetko ako svoju bolesť, ktorá môže byť hlboko ukrytá. Aby objal seba s rozvahou a hľadal hodnoty, ktoré sa mu vidia správne. Nemôžeme mu hovoriť, čo je dobré a čo zlé, ale skôr brať do úvahy jeho morálne pocity.<sup>114</sup>

Výchova v cirkevných spoločenstvách je podobná výchove osobností v rodine. Niekedy je veľmi dobrá, niekedy viac alebo menej narušená. Človek zranený vo svojej rodine sa nevylieči tým, že z nej ujde. Liečenie prichádza prostredníctvom zmierenia a nie pretrhnutím vzťahov. Preto Cirkev vyzýva človeka k neustálej konverzii. Ľudia, ktorí sa druhým chcú priblížiť majú dbať na to, aby slovom a „zlým svedectvom“ nezranili tých, ktorým majú pomáhať. Keď napriek tomu k zraneniu príde, je potrebné, aby uskutočnili nielen „osobné obrátenie“, ale aj napravili krivdu, a to bez ohľadu na to, či je táto osoba v duchovnom alebo laickom stave. Uprostred Cirkvi sa pohybujeme medzi veľkým Kristovým ideálom a našou ľudskou slabosťou, medzi zlyhaním a víťazstvom, láskou a strachom, smrťou a zmŕtvychvstaním. Keď nemáme osobnú skúsenosť s Bohom milosrdenstva a lásky môžeme aj kresťanstvo vnímať ako ohrozenie. Láska Boha vždy prichádza cez lásku človeka. Sám Boh sa z lásky k človekovi stal človekom. O láske musíme hovoriť ale predovšetkým sa s láskou stretnúť.<sup>115</sup>

---

<sup>114</sup> Por. AUGUSTYN, J. JEDLINSKI, K. SANTORSKI J., *Terapia a pastorácia*, s. 30.

<sup>115</sup> Por. *tamtiež*, s. 32.

## 4 VYHOJENIE RÁN ZO ZRAŇUJÚCICH SLOV

Boh „nás miloval a poslal svojho Syna ako zmiernu obeť za naše hriechy.“ (1Jn 4,10b) Naša prirodzenosť bola chorá a potrebovala lekára. Padlý človek potreboval toho, kto by ho zdvihol. Prišiel o život a potreboval toho, kto by ho oživil. Stratil účasť na dobre a potreboval toho, kto by ho priviedol späť k dobru. Bol zatvorený v temnotách a potreboval svetlo. Zajatca hľadal záchrancu, porazený pomocníka, utláčaný porobou osloboditeľa. Sú to azda nepatrné a bezvýznamné dôvody, aby pohli Boha zostúpiť a navštíviť ľudskú prirodzenosť, keď bolo ľudstvo v takom nešťastnom a biednom položení?<sup>116</sup>

Značné obdobie 20. storočia boli rany v duši človeka definované ako psychická porucha a ich liečba bola zverená školeným špecialistom. Pre Cirkev to malo a má dopad. Mnohí ľudia nevnímajú Cirkev ako miesto, kde môže prichádzať k zásadnému uzdraveniu vnútorných zranení. Odbornú prípravu pre poskytovanie pomoci prostredníctvom rozhovorov považujú za jedinú alebo dôležitejšiu, ako posväcujúce dielo Božieho Ducha.

Spoločenstvo Cirkvi sa môže znovu uchopiť svojej úlohy ako hlavný poskytovateľ starostlivosti o dušu človeka. Liečba pomocou rozhovorov nepatrí len do rúk profesionálov. Náleží i obyčajným kresťanom. Aspoň by im mohla patriť – a mala.<sup>117</sup>

### 4. 1 „Pravda vás vyslobodí“

Ježiš Kristus slovami „poznáte pravdu a pravda vás vyslobodí“ (Jn 8,32) nemal na mysli iba úlohu pochopenia alebo potvrdenia skutočnosti v procese hojenia emocionálnych rán. Pravda, na ktorú sa odvolával je on sám, a vyliečenie je – spása človeka. To je základ evanjelia.<sup>118</sup>

<sup>116</sup> Por. *Katechizmus katolíckej cirkvi*, čl. 457.

<sup>117</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 198–199.

<sup>118</sup> Por. *tamtiež*, s. 80.

Prijatím zranenia človek dozrieva do pravdy. Pravda ho robí jasnozrivým a svet priehľadným. Túto pravdu trpiaci človek odkrýva mimo dobra a zla, krásy a škaredosti, prežíva ju bez afektov, bez sentimentality. Získava jasné, čisté videnie pravdy, ktorá je mu jednoducho veľmi blízka, taká blízka, akoby v nej sám spočíval. A to bez hnevu a žiaľu, ktoré dávno prekonal a opustil.<sup>119</sup>

Dejiny Spásy hovoria o tom, ako Boh povoláva svoj ľud k výstupu z chaosu do stvorenia, z Egypta do zasľúbenej zeme, z temnôt do jeho vlastného svetla. Tak isto volá aj nás, aby sme vyšli zo svojich zranení. Zranenie môže byť príležitosťou k tomu, aby sme sa vydali na cestu k novému rastu. Môže nám pomôcť získať novú skúsenosť, možno menej hmatateľnú, avšak nie menej reálnu.<sup>120</sup>

Realita našich hriechov a omylov vedie k dôsledkom, ktoré sú tiež nové reality. Naše rozhodovanie nás stavia vždy pred skutočnú realitu. Ľudia dnešnej doby sa pravdivej realite vyhýbajú. A čím viac sa od nej vzdiaľujú, tým viac sú zmätení a nešťastní.<sup>121</sup>

Prijať bolesť ako podmienku existencie, počítať s pochybnosťami a temnotou ako zaplatenou cenou za poznanie,<sup>122</sup> úzko súvisí s mentálnym zdravím a sebaúctou. Medzi Božou vôľou, realitou a našim mentálnym zdravím je významný vzťah. Božia vôľa sa prejavuje v každodennom živote. Nie je tajomstvom. Je vždy pred nami. Tajomstvom sa stáva vtedy, keď realitu odmietame prijať a vyrovnáť sa s ňou.

„Lebo to je Božia vôľa, vaše posvätenie.“ (1Sol 4,3) Sme posväcovaní konkrétnou danosťou nášho života. Týmto posväcovaním sa posúvame bližšie k spásu. Ježiš Kristus povedal, že prišiel plniť vôľu toho, ktorý ho poslal. Boh je „realista“ a učí nás, ako sa postaviť tvárou v tvár realite a tak „prekročiť“ seba i svet okolo.<sup>123</sup>

Prijatie bolesti má zmysel iba vtedy, keď trpíme kvôli niečomu alebo pre niekoho. Nemôže byť cieľom, lebo v tom momente by sa celá ochota trpieť

---

<sup>119</sup> Por. FRANKL, V. E., *Trpiaci človek*, s. 93.

<sup>120</sup> Por. PADOVANI, M. H., *Hojenie zranených emócií*, 1 vyd. Nitra: Spoločnosť Božieho slova, 1999, s. 65.

<sup>121</sup> Por. *tamtiež*, s. 28–29.

<sup>122</sup> Por. AUGUSTYN, J. JEDLINSKI, K. SANTORSKI J., *Terapia a pastorácia*, s. 70.

<sup>123</sup> Por. PADOVANI, M. H., *Hojenie zranených emócií*, s. 28–29.

a obetovať sa zmenila na masochizmus. Keď utrpenie prijme, naplníme úmyslom nielen samo utrpenie, ale ho aj „obdarujeme zmyslom“. Toto obdarovanie zmyslom znamená posvätenie utrpenia cez sebaobetovanie.<sup>124</sup>

Psychoterapeut V. E. Frankl predstaviteľ smeru existenciálnej analýzy, venoval svoju pozornosť boju človeka o zmysel, a to nielen o zmysel utrpenia, ale o zmysel života vôbec, o zmysel existencie. Pre jeho existenciálnu analýzu neexistuje iba „boj o život“ a boj o „vzájomnú pomoc“; pre existenciálnu analýzu má zásadný význam boj o zmysel ľudskej existencie a pomoc pri nájdení tohto zmyslu. Jedným slovom, existenciálna analýza stavia do centra svojho pohľadu orientáciu človeka na zmysel a jeho úsilie o hodnoty.

Veci majú takú hodnotu, vecnú cenu, akú jej prisúdime my sami. Osoba má dôstojnosť a táto dôstojnosť je hodnota sama osebe. S hodnotou osoby, s jej dôstojnosťou nemôžeme zamieňať úžitkovú hodnotu, akú osoba môže mať okrem svojej dôstojnosti.

Podobne ako môže byť chápanie človeka slepé voči ľudskej dôstojnosti, môže byť také aj jeho liečenie – slepé voči dôstojnosti, pozbavujúce dôstojnosti. A také môže byť každé liečenie, keď urobí z osoby vec.<sup>125</sup>

*Moc* si cení a pozná iba subjektívny, relatívny zmysel a hodnotu „pre mňa“. *Láska* vidí aj objektívny a absolútny zmysel a hodnotu. *Moc* hľadá úžitkovú hodnotu vecí, – *láske* ide aj o dôstojnosť osoby. *Moc* hľadá vlastný ošoh, *láska* – pre iných.<sup>126</sup>

Vyhojenie rán zo zraňujúcich slov je dlhý proces. V tomto „hojivom“ čase človek vnútorne dozrieva. Dozrievanie spočíva v tom, že zranený môže získať vnútornú slobodu napriek vonkajšej závislosti. Ľudia v koncentračných táboroch sa nachádzali v situácii, kde boli v najvyššej miere závislí na podmienkach a okolnostiach nanútených a nadiktovaných zvonka. Tieto podmienky a okolnosti ich robili závislými, len pokiaľ išlo o prikázanú prácu a prežívanie (čo im zostalo okrem tvrdých slov, prác a znášania bitky, hladu a zimy?). Od vplyvu podmienok

---

<sup>124</sup> Por. PADOVANI, M. H., *Hojenie zranených emócií*, s. 96.

<sup>125</sup> Por. *tamtiež*, s. 30–31.

<sup>126</sup> Por. *tamtiež*, s. 50.

a okolností sa oslobodili vtedy, keď sa začali pýtať na svoj postoj k tejto situácii vonkajšej závislosti, ktorý k nej mohli zaujať.

Človek je teda závislý v oblasti tvorenia a prežívania, ale v uskutočnení postojových hodnôt je slobodný. Slobodný v tom, že môže zaujať hodnotový postoj voči podmienkam a okolnostiam, vo vnútornom ovládaní osudu, vo vzťahu k pravdivému skutočnému utrpeniu. Táto sloboda nepozná žiadne podmienky, je to sloboda „za všetkých okolností“ a do posledného dychu.<sup>127</sup>

Od prvého hriechu sme „zdedili“ srdce, ktoré je hľadajúce a rebelujúce proti Bohu. Kohokoľvek z nás môže viesť k najhorším hriechom. Je to tragická charakteristika skutočnosti, v akej sa nachádzame. Ak tento fakt neakceptujeme, odmietame sa identifikovať s ľuďmi, ktorí sú „horší“ ako my. Odmietame pripustiť možnosť, že aj my sme schopní podobných pokleskov.<sup>128</sup>

Identifikovať sa s tými, ktorí nás zranili je ťažké. Identifikovať neznamená cítiť vinu. Schopnosť vidieť seba a toho kto nás zranil vo svetle pravdy je Boží dar. Ak sme rozhodnutí pozrieť sa na človeka pohľadom Ježiša Krista, sme pripravení na proces hojenia rán.<sup>129</sup>

S uzdravením človeka úzko súvisí zodpovednosť za výchovu svedomia. Vnútorňá svedomitosť pozrieť sa na svoj skutočný stav, je prvou podmienkou skutočného vnútorného uzdravenia.

Blahoslavený Ján Pavol II. pri jednom stretnutí so seminaristami povedal, že „aj letný pohľad do očí nepríjemnej vnútornej pravde je už úspechom.“ Toto prehlásenie je veľmi ľudské a zároveň veľmi útešné. Zračí sa v ňom hlboké pochopenie človeka, pre veľkosť jeho túžob, aj pre jeho vnútornú krehkosť a ustrašenosť.<sup>130</sup>

---

<sup>127</sup> Por. FRANKL, V. E., *Trpiaci človek*, s. 79.

<sup>128</sup> Por. BENNER, D. G., *Hojenie emocionálnych poranení*, s. 94.

<sup>129</sup> Por. *tamtiež*, s. 95.

<sup>130</sup> Por. AUGUSTYN, J., *Křivda odpuštění smíření*, 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000, s. 49–50.



## 4. 2 Odpustenie

Božie Slovo nám prináša život a slobodu. Povinnosť odpúšťať druhým, aby bolo aj nám odpustené, je jasnou úlohou liečivého milosrdenstva. V procese hojenia rán je nevyhnutné, aby sme sa vzdali našich pomyselných práv, ktorými si na druhého človeka nárokuje. <sup>131</sup>

Rany odcudzujú a hojenie zmieruje. Vzťahy s tými, ktorí nás zranili, sa vždy nenapravia, ale ak sa majú naše rany zahojiť, musíme sa s osobou, ktorá nás zranila zmieriť aspoň vo svojom vnútri. To je základ zložitého procesu odpúšťania. <sup>132</sup>

Božie odpustenie mne a moje odpustenie druhému sú ako hlas a jeho ozvena. Druhé bez prvého je nemožné a nemá význam. Takto môžeme pochopiť, v čom spočíva dar odpustenia. Môžeme ho dať, lebo sme ho už dostali. Nemusíme si ho zaslúžiť od tých, ktorí nám odpustili a podobne tí, ktorí zranili nás, nemusia urobiť nič, aby si ho od nás zaslúžili. Odpustenie je vždy veľkorysý dar, ktorý sme si nezaslúžili. <sup>133</sup>

Odpustiť znamená zozbierať črepy z rozbitej vázy, ktorú zhodil tvoj hosť, ešte skôr, ako sa on pre ne zohne. To preto, aby si ho nenechal samého pod ťarchou zodpovednosti a oslobodil ho od ťarchy viny a znechutenia zo seba samého. Nenúť ho k tomu, aby žiadal odpustenie, pretože tvoja láska k nemu nesmie mať podmienky. Potrebuje čas, aby si uvedomil svoj omyl a precítil svoju vinu. <sup>134</sup>

Láska sa vzťahuje k osobe a orientuje sa na pravdu tejto osoby, ktorá môže byť aj nerozvinutá a skrytá. Láska zahŕňa nevyčerpatelnú pripravenosť odpúšťať, ale odpustenie predpokladá uznanie hriechu ako hriechu. Odpustenie by znamenalo liečenie, kým súhlas so zlom by bolo jeho zničenie. <sup>135</sup>

---

<sup>131</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, 1. vyd. Praha: Návrat domu, 2000, s. 110–111.

<sup>132</sup> Por. AUGUSTYN, J., *Křivda odpuštění smíření*, s. 96.

<sup>133</sup> Por. *tamtiež*, s. 99.

<sup>134</sup> Por. PRINCE CH., *Jak říci jinak mám tě rád*, 1. vyd. Praha: Paulínky, 2005, s. 28–29.

<sup>135</sup> Por. BENEDIKT XVI. (RATZINGER, J.), *Zasiachnutí neviditeľným*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2006, s. 47–48.

### *Odpustiť neznamená zabudnúť*

Zahojenie nespočíva v zabudnutí na ranu. Odpustenie neeliminuje spomienky. Bolesť zo spomienky sa znižuje s procesom odpustenia. Završením tohto hojivého procesu je spomínať bez pocitov hnevu a zloby. Iba Boh môže odpustiť a zabudnúť. My ostatní odpustíme, ale pamätáme si. Zásluhou odpustenia ale dokážeme spomínať bez pocitov zloby.<sup>136</sup>

### *Odpustiť neznamená ospravedlniť*

Odpustiť neznamená ospravedlniť osobu, ktorá nás zranila. Morálne pochopenie útočníka nám môže pomôcť k novému pohľadu. Takéto pochopenie však neeliminuje ranu. Rana môže byť zahojená iba skrze odpustenie. Pokusy o ospravedlnenie blokujú skutočné úsilie odpustiť. Odpustenie musí byť poskytnuté zoči – voči neospravedlniteľnej povahe priestupku. Pri spôsobení hlbokých rán je zraňujúce správanie neospravedlniteľné.

### *Odpustiť neznamená ignorovať*

V niektorých situáciách ignorujeme osobu, ktorá nás zranila alebo pocity spôsobené zranením. Odpustenie neznamená „prehliadnutie“ osoby ani urážky. Práve naopak, je dôležité premýšľať o zranení, aj o osobe, ktorá toto zranenie spôsobila. Túto skutočnosť musíme akceptovať ako súčasť reality.

### *Odpustiť neznamená naďalej bezvýhradne dôverovať*

Rovnako nesprávne je tvrdenie, že musíme bezvýhradne dôverovať tým, ktorým sme odpustili. Zranenie si budeme pamätať vždy a ak máme obnoviť bezvýhradnú dôveru, musíme niesť zodpovednosť za seba a druhých.

Ľuďom, ktorí nás opakovane ohrozujú nemôžeme bezvýhradnú dôveru naďalej poskytovať. Úplná strata dôvery je bolestná skúsenosť.

Bezvýhradná dôvera nie je nevyhnutným dôsledkom, ani znakom odpustenia.<sup>137</sup>

---

<sup>136</sup> Por. PRINCE CH., *Jak říci jinak mám tě rád*, s. 107.

<sup>137</sup> Por. *tamtiež* s. 108–110.

### 4. 3 Modlitba

Prvým plodom vnútorného pokorenia sa pred Bohom je túžba po horlivej a vrúcnej modlitbe, ktorú charakterizuje predurčenie slepca z evanjelia: „Ježišu, syn Dávidov, zmiluj sa nado mnou!“ Kto túži po milosrdenstve uvedomuje si, že spolu s ním sa mu dostane tiež plnosti útechy, nádeje a pokoja srdca.

Zo skúsenosti útechy a vnútornej slobody sa rodí potreba zmieriť sa s ľuďmi aj Bohom. Zranenie potom vníma ako milosť a dar, ktorý mu pomáha hlbšie sa otvoriť Bohu a jeho milosrdenstvu.<sup>138</sup>

Ľudia, ktorí prežili veľké utrpenie vydávajú svedectvo o jeho hodnote. Bolest' neprijímali ako formu fatalizmu ani rezignácie na život. Chápali ju ako potvrdenie zvrchovanosti milujúceho Boha, ktorý zraneného človeka nikdy neopúšťa.<sup>139</sup>

Edith Barfootová podáva svedectvo o milosrdnej prítomnosti Božej uprostred svojho utrpenia, keď sedemdesiat rokov svojho života z osemdesiatich siedmich prežila v bolesti. V dôsledku pokročilej reumatickej artritídy sa nemohla hýbať, nevidela ani nepočula. Utrpenie považovala za výzvu svojho života – objaviť jeho zmysel, cieľ a krásu.

Simone Weilová skúsila veľa bolesti počas svojho krátkeho života. Napriek svojmu utrpeniu sa dobrovoľne rozhodla, že bude žiť životom chudobných, bezprávných a postihnutých. Pri prežívaní veľkej bolesti opísala svoje stretnutie s Bohom nasledovne: „Sám Kristus na mňa zostúpil a ovládol ma. Netušila som, že je možný tak osobný kontakt medzi človekom a Bohom. Nebol to výplod mojich zmyslov či fantázie: uprostred svojho utrpenia som cítila prítomnosť lásky.“

Diogenes Allen v diele *Božie stopy v nepriateľskom svete* píše: „Boh je vládcom všetkého, preto dokážeme nájsť jeho lásku dokonca aj v najväčšom utrpení. Vo všetkom, čo je negatívne, môžeme nájsť niečo pozitívne a tvorivé. Útechu nenájdeme vtedy, keď sa od drsných stránok nášho života odvrátíme, ale

<sup>138</sup> Por. PRINCE CH., *Jak říci jinak mám tě rád*, s. 71–72.

<sup>139</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 199.

naopak, postavíme sa im 'tvárou v tvár'. Iba tak prestaneme snívať sny o osobnom šťastí, ale naučíme sa, čo šťastie v skutočnosti znamená.“

Ježiš Kristus sa dotýka všetkých našich rán po hriechu. Hriech ničí a poškvŕňuje všetko, čo je čisté. Keď vstupujeme so všetkou svojou nespravodlivosťou a krutosťou do kontaktu s nekonečne Čistým, tento Čistý sa prejavuje ako silnejší. Ježiš Kristus vpíja túto nečistotu, odstraňuje ju a v bolesti bezvýhradnej lásky premieňa.<sup>140</sup>

Napriek ranám ktoré dostávame máme nádej, že zahojenie možné. Nie je to naša zásluha alebo zásluha odborníkov či priateľov, ktorí nám pomáhajú. Títo môžu pri hojení pomáhať. Hlavným zdrojom uzdravenia je Ježiš Kristus.

Naše zranenie a s ním súvisiace utrpenie sa môže stať prostriedkom milosti, ktorým sa nás Boh jedinečne dotýka a dáva nám možnosť prežívať jeho prítomnosť. Môže byť aj prostriedkom nášho rastu, keď Boh použije zraňujúcu skúsenosť na to, aby nás urobil celistvejšími.

Sväté Písmo na mnohých miestach hovorí o vykupiteľskej funkcii utrpenia, ktorá môže napomáhať posväteniu (*1Pt* 1–2), upevňovať vieru (*1Pt* 6–7) a budovať charakter (*Jak* 1,3–4). Zásluhou skúsenosti z poranení získavame jedinečný dar citlivosti voči tým, ktorí trpia. Je to jeden z najkrajších spôsobov, akým môže Boh pôsobiť skrze naše utrpenie. Cez popol nášho zármutku Boh dáva hodnotu nášmu utrpeniu, ktorú môžeme ponúknuť iným zraneným ľuďom.<sup>141</sup>

#### 4. 4 „Sebaobraz“

Domov je miestom, kde sa cítime „byť doma“. Domov nám dáva identitu syna alebo dcéry pána domu. Pravda prebývajúca v Ježišovom slove je pravdou o Bohu a o nás samých. Je to pravda, ktorá nás vyslobodí. Božie slovo je stvoriteľské Slovo: „Boh povedal: Buď! A stalo sa tak“ (por. *Gn* 1-31).

<sup>140</sup> Por. RATZINGER, J. (BENEDIKT XVI.), *Ježiš Nazaretský II*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2011, s. 226.

<sup>141</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 119–122.

Existuje aj iné slovo, „deštruktívne slovo“, kde môžeme tiež prijať bývanie. Toto slovo je protikladom Božieho slova. Je klamstvo o nás samých.<sup>142</sup> Smútok života a existenciálna prázdnota pochádza z toho, že sme ešte neodkryli vedomie vlastnej dôstojnosti, akú hodnotu máme u Boha.<sup>143</sup>

Ak naše sebaopoznanie pochádza z deštruktívneho a hriešneho slova, nie je v ňom pravda. Preto musí byť zdrojom nášho sebaopoznania Božie slovo. Náš sebaobraz bude formovaný v dome stvoriteľského slova Boha a zhodovať sa s tým, ako nás vidí Boh. Sväté Písmo je vyznaním lásky, ktoré nám povedal Boh. V knihe Genezis hovorí o modeli, ktorý mal na mysli, keď nás stvoril: „*Urobme človeka na náš obraz a podľa našej podoby!*“ (Gn 1,26). Boh nám teda zjavuje, že sme ako on. Boží obraz a podoba! Božia stvoriteľská láska nás utvorila, aby sme boli ako on, „veľmi dobrí“. (por. Gn 1,31)

Hriech spôsobil to, že sami seba vidíme v krivom zrkadle. Naše sebaopoznávanie tak neustále sprevádza napätie, ktoré je vyvolané ustavičnou voľbou medzi pravdou a klamstvom, medzi tým, kým sme a kým by sme mali byť, medzi túžbami a rozčarovaním, medzi ideálom a skutočnosťou, medzi veľdielom, ktorým máme byť z vôle Stvoriteľa a gýčom, ktorý neraz prezentujeme svojou osobou, medzi očakávaniami Boha a našimi slabosťami, medzi vytrvalou vernosťou Boha a našimi nedostatkami.<sup>144</sup>

Hriech spôsobil odmietnutie seba. To je jeho prvým plodom. Človek tak ako Adam hľadá možnosť schovať sa pred Božou prítomnosťou. Hanbí sa, pretože vie, že hriech ho olúpil o všetku dôstojnosť v prítomnosti Boha. Neúnavné volanie Boha „*Kde si?*“, (Gn 3,9) človeka nenechá v hanbe. V jeho ponížení a zranení ho stále uisťuje o tom, že je „drahý v jeho očiach“ (por. Iz 43,4). Vnútorne uzdravenie začína vtedy, keď sa človek učí poznávať pravdu o sebe – pravdu o svojej hodnote.

Uzdravenie sebaobrazu je proces, ktorý potrebuje čas. Kľúčom k tomuto uzdraveniu je počúvanie Božieho slova a modlitba. Vnútorne uzdravenie prichádza aj vtedy, keď každý deň ďakujeme Bohu za dar života.

---

<sup>142</sup> Por. HEGGLIN, J., *Uzdravujúca cesta života*, 1. vyd. Nitra: Misionári Božského srdca, 2010, s. 25–26.

<sup>143</sup> Por. WONS, K., *Bol statený a našiel sa*, 1. vyd. Michalovce: Misionár, 2004, s. 11.

<sup>144</sup> Por. *tamtiež*, s. 12.

Hodnota človeka nezáleží na ničom inom, ako na milujúcej, tvoriacej vôli Boha, ktorý ho povolal „byť jeho milovaným“. Túto svoju lásku nikdy neodvolá. Naše seba prijatie je vybudované na tomto základe viery.<sup>145</sup>

## 5. FORMÁCIA V SLOVE – DÔVERA V JEDINÉ SLOVO

Dôvera je schopnosť otvoriť sa a dovoliť druhému vstúpiť do svojho života tak, aby vzájomne tvorili osobný vzťah, založený na vzájomnej úcte a rešpekte.

Pavol Florenskij, ruský teológ hovoril o troch etapách poznania človeka, ktoré súvisia s prejavom dôvery:

1. Venujem nejakej osobe dôveru, neviem prečo. Pretože som jej venoval dôveru, ona sama sa začne dôverne vyjavovať.
2. Teraz začínam veriť, že toho človeka skutočne pochopím, pretože verím tomu, čo mi o sebe dôverne zjavuje.
3. Teraz je moja počiatková dôvera ospravedlnená. Bola na mieste. Zisťujem, že východiskom poznania je dôvera.

Florenskij ďalej dodáva: Toto je základný postoj. Poznanie potom nie je uchopenie neživého predmetu dravým poznávajúcim subjektom, ale je to morálne a živé spoločenstvo medzi osobami, z ktorých každá je predmetom i subjektom. Inak povedané, poznateľná je len osoba, a to jedine druhou osobou.

Schopnosť poznať ľudské srdce bola typická známka ruských starcov. Nepovažovali to za niečo zázračné, ale za prirodzenú intuíciu čistej duše. Boh nás stvoril, aby sme si navzájom dobre rozumeli. Egoizmus postavil medzi nás múr oddelenia. Láska tento múr prelomila. Preto napríklad matka rozumie dieťaťu aj bez slov a priatelia nepotrebujú veľa hovoriť, aby sa navzájom pochopili.<sup>146</sup>

---

<sup>145</sup> Por. HEGGLIN, J., *Uzdravujúca cesta života*, 1. vyd. Nitra: Misionári Božského srdca, 2010, s. 25–26.

<sup>146</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Duchovní jednota nové Evropy*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2007, s. 49–51.

*Daj, čo máš – inak to nemáš*

Reálne máme iba to, k čomu máme vzťah. K tomu, aby sme mali k niečomu vzťah, patrí tiež schopnosť stáť voči tomu oproti. Názory a vlastnosti, ktoré sú nám natoľko vlastné, že s nimi splývame, bez toho, že by sme ich postrehli alebo sa s nimi mohli konfrontovať, tie vlastne vôbec nemáme; takéto stanoviská a názory vlastnia nás.

Poklad, ktorý sme zakopali na svojom poli, už nemáme, ak zabudneme, že sme ho zakopali. Máme ho do tej miery, do akej ho môžeme vyniesť na svetlo a odovzdať ďalej – inak nemá svoj význam.

Máme len to, čo prinášame do života. Len to, čo existuje medzi tebou a mnou, existuje tiež pre mňa; len to, čo mám nielen zo seba, ale tiež z teba a pre teba, iba to rozvíja svoju plnosť, svoju cenu a stáva sa skutočne tým, čo mám. Všetko čo mám prilepené na rukách, nemôžem vidieť a posúdiť zo všetkých strán. Iba to, čo je pre druhého, čo je medzi druhým a mnou, sa mi vyjavuje a daruje. Mám teda iba to, čo sa mi daruje – a iba to sa mi môže darovať, čo ja sám s dôverou vkladám do vzťahu. K tomu všetkému patrí tiež riziko straty. A patrí k tomu aj bolesť z toho, že „úplne mať“ už nemôže znamenať „len mať“. Táto bolesť odhaľuje cenu toho, čoho sa vzdávam. A až skutočne urobím toto zrieknutie, ak ho premením v darovanie, v láskyplné poskytnutie, potom to, čo som daroval, príde vo mne k plnosti.<sup>147</sup>

*Daj, čo si – inak to nie si*

Kto daruje, potom tým, že niečo daruje, daruje sám seba. Daruje sám seba, ponúka sám seba, vydáva sa riziku, že sa ho niekto zmocní alebo tiež, že ho niekto odstrčí a odmietne. Napriek tomu, práve v tomto sebadarovaní, v tejto strate seba samého nachádza sám seba. Sebadarovanie však nie je seba vplytvanie. Neznamená, že niekto sa dáva v odmeraných dávkach, zatiaľ čo ten druhý sa rozdáva úplne. Sebadarovanie spočíva v slove „Ty“. Len pokiaľ sa dám Tebe, neplytvám sám sebou. Len keď sa nechcem zbaviť sám seba, ale kvôli Tebe darujem sám seba a Tebe pritakávam, len vtedy rastiem a moje Ja sa nestráca a nemizne.

---

<sup>147</sup> Por. HEMMERLE, K., *Každý má, čo dá*, in: RAHNER, K. WELTE, B., *Novou odvahou k ctosti*, s. 32–33.

*Daj, čo nemáš – potom je to tvoje*

Darovanie znamená, pridať k tomu, čo mám aj to, čo nemám. Ako sa dá dať viac, ako mám? Ako sa rodia veľké myšlienky, ďalekosiahle idey, umelecké diela, ktoré nás naplňajú radosťou? Formuje ľudí skutočne iba to, čo majú? „Netvorí“ nové možnosti vtedy, keď sa zamerajú na tých, pre ktorých sa angažujú, kvôli ktorým a pre ktorých chcú sami seba vyjadriť? Len láska je vynaliezavá a tvorí. Je to láska, ktorá hovorí „Ty“, ktorá dôveruje, rozdáva seba samú a ktorá tak nachádza v priestore medzi tebou a mnou nové možnosti. Medzi tebou a mnou v živom vzťahu, v pravom priateľstve a láske sa nikdy nenachádza iba svet, ktorý už existuje, ale vždy tam vzniká svet stále nový

*Daj, čo nie si – potom si viac než ty sám, a až potom si úplne tým, čím si*

Daruj seba a daj so sebou samým aj to, čo nie si. Darovanie seba rozvíja vnútornú dynamiku hovoriť úplné, bezvýhradné 'áno'. Sme založení tak, aby naše 'áno' bolo v tesnej väzbe s nepodmieneným Áno. Len keď toto nepodmienené vložím do svojho darovania, dávam sám seba – a v tomto presahu platí, že jedine, keď môžem zároveň darovať toto nepodmienené slovo, darujem sám seba úplne, a tiež sám seba získam.

Bolo by príliš málo, aby sme hovorili len svoje áno. Podstatné je, aby naše áno bolo spojené s tým nepodmieneným Áno.

Môžeme darovať nekonečne viac ako len seba samých. Môžeme sa darovať tak, že darujeme Boha. Kedykoľvek sa darujeme, vydávame tým vedome alebo mlčky svedectvo svojmu Bohu. Ale darovať sa tak, aby sme tým darovali Boha – nie sme schopní sami zo seba. Z našej strany môžeme mať iba nesmelú nádej a skromnú prosbu plnú úcty a bázne voči Bohu.<sup>148</sup>

U Boha „mať“ a „dať“ je absolútne to isté. Boh, prameň každého dobra sa sám v sebe natoľko daruje, že je úplne tým, kto sa zdieľa i tým, kto je zdieľaný, takže je sám v sebe životom v Trojici. Pohľad na trojjediného Boha nás oslobodzuje od nenásytnej a úzkostnej sústredenosti na seba a na vlastnú sebarealizáciu.

---

<sup>148</sup> Por. HEMMERLE, K., *Každý má, čo dá*, in: RAHNER, K. WELTE, B., *Novou odvahou k ctosti*, s. 32–33.



Sebarealizácia a sebaobetovanie – ich napätie a ich jednota – sa pre nás a medzi nami deje v dráme vtelenia, kríža a Veľkej noci. Duch Svätý ale dáva nášmu duchu svedectvo, že sa môžeme dávať, že sebadarovanie je vstupom do Božej slávnosti lásky.<sup>149</sup>

## 5. 1 Božie slovo

Božie slovo nám zjavuje, že náš život má synovskú povahu a povahu vzťahu. Milosťou sme povolaní formovať sa podľa podoby Krista, Otcovho Syna, aby sme boli premení v neho.

V Božom slove nachádzame odpoveď na najhlbšie otázky, ktoré naplňajú naše srdce. Toto slovo nestojí proti človeku, neumŕtvuje jeho autentické túžby, ale naopak, osvecuje ho, očisťuje a vedie k ich naplneniu. Aké je dôležité pre našu dobu objaviť, že len Boh odpovedá na smäd, ktorý je v srdci každého človeka! Bohu nie je cudzí život a problémy človeka a jeho prítomnosť neohrozuje ľudskú autonómiu. Celá ekonómia spásy ukazuje, že Boh hovorí a zasahuje v dejinách človeka v jeho prospech, pre jeho integrálnu spásu. V sile Božieho slova je možné viesť dialóg o problémoch, s ktorými sa človek musí vyrovnávať vo svojom každodennom živote. Ježiš Kristus sa nám predstavuje ako ten, ktorý prišiel, aby sme mali život v hojnosti (por. *Jn* 10,10). Cirkvev skrze Božie slovo jasne poukazuje na to, ako Boh vníma potreby človeka a počúva jeho volanie. Svätý Bonaventúra vo svojom *Breviloquii* uisťuje, že „ovocím Svätého písma nie je len nejaká vec, ale plnosť večného šťastia. Ved' práve Sväté písmo je knihou, v ktorej sú napísané slová večného života, a preto nielen veríme, ale aj vlastníme večný život, v ktorom uvidíme, budeme milovať a naplnia sa všetky naše túžby.“<sup>150</sup>

Božské slovo vovádza každého z nás do rozhovoru s Pánom: Boh, ktorý hovorí, nás zároveň učí, ako my môžeme hovoriť s ním. V knihe žalmov nám

---

<sup>149</sup> Por. HEMMERLE, K., *Každý má, čo dá*, in: RAHNER, K. WELTE, B., *Novou odvahu k ctnosti*, s. 32–33.

<sup>150</sup> Por. BENEDIKT XVI., posynodálna apoštolská exhortácia *O Božom slove v živote a poslaní Cirkvi: Verbum Domini*, čl. 23.

Boh dáva slová, ktorými sa môžeme na neho obracať, prinášať život v rozhovore pred jeho tvár, a tak samotný život premieňať na pohyb smerujúci k Bohu. V žalmoch nachádzame širokú škálu citov, ktoré človek môže zakúšať vo svojom živote a ktoré sú múdro predkladané Bohu: svoje vyjadrenie tu nachádzajú radosť a bolesť, úzkosť a nádej, bázeň a chvenie. Aj mnohé iné texty Svätého písma vyjadrujú, ako sa človek obracia na Boha formou prosebnej modlitby, jasavého spevu nad víťazstvom alebo náreku z neúspechu pri uskutočňovaní svojho poslania. Slovo, ktorým sa človek obracia na Boha, sa tak stáva aj Božím slovom, čím potvrdzuje dialogický charakter celého kresťanského Zjavenia. Život sa stáva dialógom s Bohom, ktorý hovorí a počúva, ktorý povoláva a uvádza do pohybu celý náš život. Božie slovo tu zjavuje, že celý život človeka sprevádza božské volanie.<sup>151</sup>

Francúzsky spisovateľ Julien Green napísal o svojej ceste obrátenia sa ku katolíckej Cirkvi. Spomínal na svoju mladosť, keď bol väzňom „pôžitkov tela“. Náboženstvo, ktoré by sa mu mohlo stať prekážkou či hranicou v jeho počinaní, pre neho neexistovalo. A predsa, čas od času išiel do kostola s nepriznanou túžbou, aby sa stal zázrak, ktorý by ho prepustil na slobodu z jeho „väzenia“. Zázrak sa nekonal, ale z diaľky vnímal akúsi zvláštnu Prítomnosť. Táto Prítomnosť pre neho vyžarovala teplo a prísľub niečoho. Túžil po prítomnosti niečoho nového, ale nechcel sa ničoho vzdať. Chcel zostať samostatný a bol zároveň bezmocný. Po dlhom čase začal čítať Písmo. Robil to s takým zápalom, že sa u jedného rabína začal učiť hebrejsky. Jedného dňa mu rabín hovorí: „Na budúci štvrtok neprídem, pretože je sviatok.“ „Sviatok?“ pýta sa Green prekvapene. Rabín sa na neho zahľadel nechápavo: „Nanebovstúpenie Pána – musím Vám to hovoriť práve ja?“ Mladého, hľadajúceho človeka táto veta zasiahla ako blesk z čistého neba, ako by k nemu zazneli prorocké slová. „Bol som Izrael“, hovorí Green, „ktorého Boh prosí a k nemu volá, aby sa vrátil domov.“ Pre mňa platili slová: „Vôl pozná svojho hospodára, osol svojho pána, mňa však Izrael nepozná, môj ľud je nechápavý.“ (por. Iz 1,3)

---

<sup>151</sup> Por. BENEDIKT XVI., posynodálna apoštolská exhortácia *O Božom slove v živote a poslaní Cirkvi: Verbum Domini*, čl. 24.

Prežívanie pravdy Pisma svätého, je pozdvihnutie srdca, kedy sa z ohmatanej, opotrebovanej mince môže vyformovať niečo nové a krásne, pokiaľ človek začne prenikať do tejto pravdy. Vtedy sa nám pozdvihne srdce, naberie výšku a skrytá Božia prítomnosť začne prenikať hlboko na nášho zmäteného života. Boh s nami jedná úplne ľudsky, krok za krokom nás vedie a čaká na nás. Je to tiché klopanie na dušu, aby sme sa odvážili hľadať tajomnú Božiu prítomnosť, ktorá jediná môže človeka skutočne vyslobodiť.<sup>152</sup>

V Božom slove sa nám vynára obraz toho, ktorý hovorí, a je to obraz veľmi osobný. V tomto slove tušíme niečo z jedinečnosti a najvnútornejšieho rozpoloženia Boha, ktorý sa s nami stále znovu stretáva a vylieva nám svoje srdce. V stretnutí s Bohom stretávame novým spôsobom samých seba. Sv. Augustín to vyjadril slovami: „Božie slovo je protivníkom tvojej vôle dovtedy, kým sa nestane pôvodcom tvojej spásy. Dokiaľ si sebe nepriateľom, je aj Božie slovo твоjim nepriateľom. Buď svojim vlastným priateľom, a potom bude aj Božie slovo s tebou v súlade.“<sup>153</sup>

Božie slovo nás podnecuje zmeniť naše ponímanie realizmu: realista je ten, kto v Božom slove spoznáva základ všetkej reality. Toto je zvlášť potrebné v našej dobe, keď mnohé veci, na ktoré sa spoliehame pri budovaní nášho života a do ktorých sme náklonní vkladať svoju nádej, ukazujú svoju nestálosť. Majetok, pôžitok a moc sa skôr či neskôr ukážu neschopnými naplniť najhlbšie túžby ľudského srdca. Človek totiž potrebuje svoj život stavať na pevných základoch, ktoré pretrvajú, aj keď sa pominú ľudské istoty. Naozaj platí, že Pánovo slovo „trvá naveky ako nebesia“ a vernosť Pánova trvá „z pokolenia na pokolenie“ (por. Ž 119,89–90) a že kto stavia na tomto Slove, stavia svoj život na skale (por. Mt 7,24) Kiežby naše srdce mohlo každý deň hovoriť Bohu: „*Ty si mi ochranca a záštita, na tvoje slovo sa najviac spolieham*“ (Ž 119,114) a aby sme

---

<sup>152</sup> Por. RATZINGER, J., *Boží světlo v naší době*, 1. vyd. Praha: Paulínky, 2008, s. 14–15.

<sup>153</sup> Por. GRÜN, A., *Modlitba jako setkání*, 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1993, s. 34.

sa mohli ako Peter každý deň zveriť Ježišovi Kristovi „na tvoje slovo spustím siete.“ (Lk 5,5)<sup>154</sup>

Tam, kde sa človek napriek svojej krehkosti a hriešnosti úprimne otvorí pre stretnutie s Kristom, začína radikálna premena: všetkým, „ktorí ho prijali, dal moc stať sa Božími deťmi.“ (Jn 1,12) Prijat' slovo znamená nechať sa ním formovať, takže sa mocou Ducha Svätého pripodobňujeme Kristovi, jednorodenému Synovi, ktorý pochádza od Otca (por. Jn 1,14). Je to počiatok nového stvorenia, v ktorom sa rodí nové stvorenie, nový ľud. Tí, čo veria, teda ktorí žijú v poslušnosti viery, sa „zrodili z Boha“ (Jn 1,13) a stávajú sa účastnými na Božom živote: synmi v Synovi (por. Gal 4,5–6; Rim 8,14–17). Keď svätý Augustín komentuje túto pasáž Jánovho evanjelia, sugestívne hovorí: „Skrze Slovo si bol stvorený, ale je nutné, aby si bol prostredníctvom Slova aj pretvorený.“<sup>155</sup>

## 5. 2 Sprevádzanie

Autor duchovnej literatúry Henri Nouwen v jednej svojej knihe s hlbokou vďačnosťou spomínal na svojho staršieho priateľa, kňaza, ku ktorému sa obracal s dôverou. V tom najťažšom období môjho života, keď som prežíval veľkú bolesť a zúfalstvo, bol mi k dispozícii. Mnohokrát si privinul moju hlavu k hrudi a modlil sa za mňa bez slov, mlčaním plným Božieho Ducha, ktoré zaháňalo moje zúfalstvo a pôsobilo, že som z jeho objatia povstával s novou životnou silou.<sup>156</sup>

Ľudia, ktorí sa venujú duchovnému sprevádzaniu sú oddaní umeniu láskyplného povzbudzovania, umeniu, ktoré v jeho najbohatšej podobe umožňuje

---

<sup>154</sup> Por. BENEDIKT XVI., posynodálna apoštolská exhortácia *O Božom slove v živote a poslaní Cirkvi: Verbum Domini*, čl. 10.

<sup>155</sup> Por. *tamtiež*, čl. 50.

<sup>156</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 39–40.

len evanjelium. Rozpoznávají najhlbšie zákutia duše s citlivosťou na pôsobenie Ducha Svätého, spolu s ponukou svojej prítomnosti druhému človeku.<sup>157</sup>

Ruský stavec sv. Serafím Sarovský bol známy tým, že vedel čítať v srdci blížnych ako v otvorenej knihe. Serafím na to odpovedal výrokom: „Srdce človeka je otvorené iba Bohu. Preto vždy prosím Boha, aby mi vnukol to správne slovo, ktoré blížny potrebuje počuť.“<sup>158</sup>

Prístup sprevádzajúceho pozostáva z uchopenia vízie toho, čo Boh pre druhého človeka pripravil, a z viery, že sa táto vízia môže naplniť. Vízia vyvoláva hlboký zármutok, keď sa od nej druhý vzdáľuje, ale tento zármutok nikdy nevylučuje nádej ani nevedie k opovrhnutiu. Vízia, ku ktorej sa niekto približuje, aj keď po malých krokoch, uvoľňuje vo vzťahu nadšenie a radosť.

Keď uveríme, že v druhom človeku žije niečo krásne a že niečo krásne živé v nás sa toho môže skutočne dotknúť, rastieme vo vzťahu. Ak prijímame ľudí takých akí sú, je nám smutno vždy, keď nežijú podľa svojej pravej identity. Napriek tomu neprestávame veriť v to, kým sa môžu stať, bez toho, aby sme vyžadovali, aby sa to stalo podľa nášho načasovania alebo, aby sme v tom hrali najdôležitejšiu rolu.<sup>159</sup>

Od sprevádzaného sa nevyžadujú výsledky, iba snaha robiť veci najlepším možným spôsobom. Sprevádzajúci, hoci sám nedokonalý, sa má snažiť vytvárať prostredie, ktoré by napomáhalo rastu sprevádzaného a posilňovať v ňom živú nádej, aby sa stal tým, kým sa s pomocou bratskej podpory môže stať.<sup>160</sup>

Pri sprevádzaní osoby je dôležité osobné stretnutie sprevádzané týmito postojmi:

*Autenticita.* Spočíva v pravdivom sebazpoznaní, v prijatí vlastných negatívnych aspektov, v úprimnom seba predstavení s odkrytou tvárou. Týmto postojom sa vyhneme skrývaniu sa za masku, za úlohu, ktorú vykonávame. Byť autentický neznamená dávať vždy najavo svoje duševné rozpoloženie, ale ani „nehrať“ niečo iné. Autenticita dovoľuje vytvárať ovzdušie úprimnosti

---

<sup>157</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 204–205.

<sup>158</sup> Por. ŠPIDLÍK, T., *Apoštol národů svatý Pavel*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2008, s. 60.

<sup>159</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 62–63.

<sup>160</sup> Por. *tamtiež*, s. 41.

a vzájomnej dôvery. Nedostatok autenticity vnáša do stretnutia dvojznačný jazyk, ktorý ho robí nepriehľadným a spôsobuje stratu dôvery v sprevádzajúceho.

*Bezpodmienečné prijatie.* Je založené na poznaní a úcte voči dôstojnosti a hodnote ľudskej osoby. Pocit prijatia privedie sprevádzaného k pravdivému sebaopoznaniu, seba prijatiu a láske voči sebe. Ak by sme tvrdo požadovali jeho zmenu a dožadovali sa toho, aby náš zásah vyvolal účinok, zmocňujeme sa úlohy Ducha svätého a obvykle sa tak ocitneme uprostred boja o moc.<sup>161</sup>

Prijatie druhého a zároveň otvorenie sa pre neho nesie riziko – strach z odhalenia intimity, z možných následkov z blízkosti inej ľudskej osoby. Ak niekomu dovolíme priblížiť sa k nám, dovolíme mu, aby nahliadol do nás takých, akých v skutočnosti sme. Komunikácia je vždy aktom dôverného darovania sa.<sup>162</sup>

Dôvera spôsobuje vo vzťahoch také spojenie, že z jedného do druhého začne prúdiť život.<sup>163</sup>

Láska a rešpektovanie pravdy majú určovať odpoveď na každý prejav dôvery. Dobro a bezpečnosť blížneho, rešpektovanie súkromného života a spoločné dobro sú dostatočné dôvody, aby sa mlčalo o tom, čo sa nemá vedieť, alebo aby sa použila diskretnosť v reči. Povinnosť vyhnúť sa pohoršeniu si často vyžaduje prísnu diskretnosť. Nikto nie je povinný vyjaviť pravdu tomu, kto nemá právo ju poznať.<sup>164</sup>

Pre dozrievanie schopnosti viesť druhého človeka je tiež nevyhnutné aktivizovať v sebe postoj dôvery a rešpektu voči rozdielnosti druhého človeka. Každé vzájomné stretnutie postaví dôveru pred skúšku. Kvôli strachu, že budeme vnímaní a poznaní v tom aspekte nášho ja, ktoré prijímame len s veľkou námahou, môžu v nás vzniknúť rozpaky. Môžeme sa báť konfrontácie s rozdielnym spôsobom myslenia a cítenia iného človeka, čo môže zapríčiniť určité vnútorné napätie. Je dobré uvedomiť si, že tieto pocity a reakcie v nás a v ľuďoch, s ktorými sme v kontakte, môžu byť viac alebo menej vedomé a tiež môžu byť príčinou prehnanej opatrnosti alebo nedôvery. Ak je nejaké stretnutie

---

<sup>161</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 134.

<sup>162</sup> Por. POWELL, J., *Kto prvý hodí kameňom*, s. 141–142.

<sup>163</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 39–40.

<sup>164</sup> Por. *Katechizmus katolíckej cirkvi*, čl. 2489.

pre nás nepríjemné, už od začiatku má niektoré predpoklady k neúspechu. V osobných vzťahoch je teda nevyhnutný postoj realistickej dôvery a odosobnenie sa od vlastných mentálnych a citových schém, ktorými sa snažíme obrániť.<sup>165</sup>

Niektoré osoby, ktoré sa venujú duchovnému sprevádzaniu nedisponujú dostatočne dobrými praktickými vedomosťami, takže stále opakujú chyby arogancie alebo si vytvárajú mystifikácie, prípadne prehliadajú rozličné aspirácie a možnosti. Tieto osoby bývajú nepripravené, keď im ľudia kladú zásadné otázky. Keď sa im ľudia zverujú s ťažkými realitami svojho života, zvyčajne si pripadajú neschopní pomôcť im. Nevedia čo povedať. Mnohí z nich sú takisto stratení, zranení, bezradní, nervózni ako celá spoločnosť. Je to naša spoločenská „bieda“. Ak sa však budú spoliehať len na vnútornú spôsobilosť pomôcť trpiacemu človeku, budú si vždy pripadať nedostatoční.<sup>166</sup>

Svedomie prináleží k našej podstate. Nie je vytvorené mimo nás. V pojme svedomia je zahrnutá aj povinnosť starať sa oň, formovať ho a vychovávať. Svedomie má právo na rešpektovanie a poslušnosť natoľko, nakoľko ho sám človek rešpektuje a stará sa oň, nakoľko si to jeho dôstojnosť zaslúži. Tak ako sa snažíme rozvíjať naše používanie jazyka a usilujeme sa ovládať používanie jeho pravidiel, tak sa musíme snažiť o správnu výchovu svedomia, aby jeho vnútorná reč mohla napokon dosiahnuť to, do čoho nás podnecuje.<sup>167</sup>

Pri formovaní svedomia je Božie slovo svetlom na našej ceste. Máme si ho osvojiť vierou a modlitbou a uvádzať ho do života. Pomáhajú nám pritom dary Ducha Svätého, ako aj svedectvá a rady iných a vedie nás učenie predkladané autoritou Cirkvi.<sup>168</sup>

Bl. Ján Pavol II. vo svojom príhovore spovedníkom Apoštolskej stolice povedal, že „dobrá psychologická príprava umožňuje kňazovi lepšie prenikať do tajomstva svedomia, aby mohol dobre odlišiť čin naozaj ‘ľudský’, za ktorý sa

---

<sup>165</sup> Por. STEVANI, M., *Citová autonómia zasvätenej ženy*, s. 69.

<sup>166</sup> Por. CRABB, L., *Umění přiblížit se*, s. 132.

<sup>167</sup> Por. RATZINGER, J. (BENEDIKT XVI.), *Chválorač na svedomie*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2010, s. 150–151.

<sup>168</sup> Por. *Katechizmus katolíckej cirkvi*, čl. 785.

treba morálne zodpovedať, od činu konkrétneho človeka, niekedy veľmi zamotaného do psychických mechanizmov.<sup>169</sup>

Zdieľať písomne alebo ústne osobné skúsenosti vyžaduje veľkú dôveru a odvahu. U mnohých ľudí existuje odpor k písomnému vyrozprávaniu toho, čo si myslia, aj toho, čo vnútorne prežívajú. Je síce pravdou, že dnes po mnohých vytlačených brožúrach nezostalo ani stopy, neprežili viac ako jedno pokolenie. To však neznamená, že nemali zmysel. To, čo pomáha blížnemu má vždy význam, aj keby to trvalo len krátku chvíľku.<sup>170</sup>

## 6. PRÍKLADY SVÄTÝCH – MODELY KRÁSNEHO SLOVA

„V minulosti sa nič nenávratne nestráca, v minulom bytí sa všetko zachováva bez straty.“<sup>171</sup>

V Kristovi Boh vchádza ako človek do nášho hľadania slova lásky. Boží dialóg s nami sa tak stáva skutočne ľudským, lebo Boh ho s nami vedie ako človek. A naopak: vzájomný dialóg medzi ľuďmi v sebe obsahuje čosi z večnosti, lebo v *communio sanctorum*, v spoločenstve svätých je vtiahnutý do trojičného rozhovoru. Preto je spoločenstvo svätých miestom, kde sa človeku otvára večnosť. Večný život človeka neizoluje, ale naopak, vyvádza ho z izolácie do naozajstnej jednoty so svojimi bratmi a celým Božím stvorením.<sup>172</sup>

Obraz Ježiša Krista poznávame z vernej a pravdivej spomienky evanjelistov. Je to spomienka, ktorá sa zrodila z Ducha Svätého. Táto spomienka nie je len individuálnou spomienkou tých, ktorí mali za úlohu ukázať všetkým obraz Pána. Obraz Ježiša Krista sa nám vykresľuje skrze pamäť Cirkvi. Iba skrze ňu. Popri tejto pamäti neexistuje žiadna spomienka na Krista, ktorá by nám

---

<sup>169</sup> Por. AUGUSTYN, J. JEDLINSKI, K. SANTORSKI J., *Terapia a pastorácia*, s. 40–41.

<sup>170</sup> Por. *tamtiež*, s. 43.

<sup>171</sup> Por. PADOVANI, M. H., *Hojenie zranených emócií*, s. 96.

<sup>172</sup> Por. BENEDIKT XVI. (RATZINGER, J.), *Zasiachnutí neviditeľným* s. 296–297.



podávala jeho skutočný obraz. Evanjeliiá nestoja vedľa tejto pamäti, ale sú jej súčasťou. Ježišov obraz nie je strnulý, ale dynamický. Prichádza k nám zo živých dejín a nanovo stále vyvstáva z rôznych epoch týchto dejín – kým je pre ľudí Vykupiteľ; aká núdza ich vedie k tomu, aby v ňom nachádzali pomoc; ako im ho dáva prežívať Ducha Svätý.

To isté platí o obrazoch osobností dejín spásy. Panny Márie, ktorej postava je blízko postavy Pána; Jozefa, tichého muža, ktorý strážil Ježišovu mladosť; ako aj apoštolov.

V obrazoch svätých sa napĺňa tajomstvo, o ktorom hovorí sv. Pavol v liste Rimanom, keď hovorí, že veriaci „je pripodobnený obrazu jeho Syna, aby on bol prvorodený medzi mnohými bratmi“ (por. *Rim* 8,29b); v druhom liste Korint'anom: „*A my všetci s odhalenou tvárou hľadáme ako v zrkadle na Pánovu slávu a Pánov Duch nás premieňa na taký istý, čoraz slávnejší obraz.*“ (2*Kor* 3,18). V každom veriacom sa utvára obraz Krista z jeho zvláštnych vlastností, jeho individuálneho prežívania a konania. Ale zvyčajne zostáva nezreteľný a ťažko poznateľný. Svätí sú však ľudia, v ktorých sa podobnosť s Kristom javí zreteľne a prenikavo. Obraz svätca je viditeľný a nám odovzdaný nie z prirodzenej pamäti, ale z pamäti Cirkvi. Len ona ho poznáva a „svätorečí“ a tak dáva jeho obrazu jasnú, pre veriacich rozhodujúcu podobu.<sup>173</sup>

„Len duše, zd'aleka nie krehké,

len spojenectvo a sila duší idú neomylné vpred, a len ony tiež pretrvajú.

To, čo sa nedá na svete zväžiť, je viac než hmatateľná skutočnosť.

To, čo z bytostí vyžaruje, je lepšie než ich láskanie.

To, čo ešte neprišlo, je vzácnejšie, než to, čo sa už zrodilo.

Ak nás život, okrídl'ovaný Bohom oslovuje,

oprime sa bez pochyb a bez váhania o hmatateľnú skutočnosť.

Nech je nám nevyhnutnou oporou;

ale skrze ňu a nad ňu verte v oporu, ktorá sa nahmatať nedá.“<sup>174</sup>

<sup>173</sup> Por. GUARDINI, R., *O podstatě uměleckého díla*, 1. vyd. Praha: Triáda, 2009, s. 110–111.

<sup>174</sup> Por. CHARDIN, P. T. de, *Úvahy o štěstí a lásce*, s. 27.

Ako model krásneho slova vynikala osobnosť Dona Bosca, skromného vychovávateľa mládeže, ktorý v Turíne výrazne predbehol dobu. Tento vysoko vzdelaný spisovateľ učebníc dáva svoje vypracované kázne prečítať najskôr svojej matke Margite, jednoduchej vidieckej žene z hôr, aby ona z textu vyčiarkla každé slovo, ktorému dobre nerozumela.<sup>175</sup>

## 6. 1 Zdenka Schelingová

Blahoslavená sestra Zdenka Cecília Schelingová z Kongregácie milosrdných sestier sv. Kríža, (1916 – 1955), je mučenicou Cirkvi a vyznávačkou Kristovho slova na zemi.

14. septembra 2003 Svätý Otec Ján Pavol II. vyhlásil sestru Zdenku za blahoslavenú a vyzdvihol jej nádhernú dušu, ktorá vynikala nevšednou láskou k Ukrižovanému. Ako zdravotná sestra sa podieľala na príprave úteku šiestich nespravodlivo odsúdených a väznených katolíckych kňazov. Pre tento skutok, ktorý bol prezradený, bola Zdenka uväznená a v spojení s obetou Ježiša Krista znášala trpezlivo kruté zaobchádzanie. Zomrela v nemocnici v Trnave na následky tohto neľudského mučenia.<sup>176</sup>

Kto osobne poznal Zdenku, hovoril o jej vyrovnanosti a pokojnom správaní.<sup>177</sup> Zdravotná sestra Terézia Rapáková charakterizovala jej vonkajší vzhľad slovami: „Chodievala vzpriamene so zdvihnutou hlavou, ale s láskavým výrazom tváre. Jej chôdzu zvyrazňovala prirodzená elegancia, pohyby jej tela boli jemné a lahodné. Vždy som mala dojem, že v službe chodila rýchlejšie. Pri stretnutiach na chodbe alebo na iných miestach, druhých predstihla pozdravom, jemným úklonom hlavy a prívetivým pohľadom sprevádzaným nenúteným úsmevom.“<sup>178</sup>

---

<sup>175</sup> Por. ŠITAL, F., *Boží slovo a lidská řeč*, s. 12.

<sup>176</sup> Por. Liturgická komisia KBS, *Blahorečenie Bratislava–Petržalka*, 14. september 2003, 1. vyd. Trnava: Spolok sv. Vojtecha, 2003, s. 12.

<sup>177</sup> Por. *tamtiež*, s. 38–43.

<sup>178</sup> Por. HABOVŠTIK A., *Za mrakmi je moje milované slnko*, 1. vyd. Nové Mesto: Vydavateľstvo, 2003, s. 41.

„Sestra Zdenka hovorila málo a rozprávala skôr ticho a polohlasne. Nikdy som ju nepočula kričať. Pacienti nemali z nej strach, jej spôsoby, prejavy a správanie vzbudzovali dôveru.“

„Aj po rokoch si vždy môžem sestru Zdenku predstaviť, ale neviem ju dostatočne opísať.“

Zdenkina spolusestra Viridiána, ktorá s ňou pracovala ako nemocničná sestra na priamu otázku, aká bola Zdenka odpovedala: „Viete, mám už svoje roky, z čias svojej mladosti som už takmer všetko pozabúdala, ale na ňu sa nedá zabudnúť, človek si ju musí uchovať v pamäti. Bola taká, že keď si na ňu spomeniem, mám ju hneď pred očami.“<sup>179</sup>

Modlitby boli pre Zdenku prameňom i zdrojom posilnenia. Jedna z týchto modlitieb, ktoré si zapisovala bola „*Za umŕtvenie jazyka*“.

*„Môj Ježiš, ktorému som sľubovala lásku a vernosť, nedopusť, aby môj jazyk, ktorý tak často príde do styku s tebou, rozprával o sebe pyšne a o druhých neláskavo.*

*Ó, Ježiš, dôverujem v tvoje nekonečné milosrdenstvo, prosím ťa o milosť panovať nad mojím jazykom, aby ani jedno neláskavé slovo nevyšlo z mojich úst. A nadovšetko také slovo, ktoré by ma obviňovalo v súdny deň. Všetky víťazstvá vydobyté nad jazykom obetujem ako prípravu na budúce sväté prijímanie.*

*Ó, Ježiš, pomôž mi v tomto živote, buď mi na pomoci v každej chvíli!*<sup>180</sup>

Láskavých prejavov k trpiacim, odsúdeným a ľuďom, ktorí potrebovali psychickú a fyzickú podporu, bolo v jej živote mnoho. Keď po kritickom zvážení nadobudla presvedčenie, že musí pomôcť, napriek riziku sa rozhodla tak konať.

„Neviem, čo by som urobila, keby som raz mohla zachrániť aspoň jedného kňaza.“ Tieto slová, ktoré povedala neskôr aj uskutočnila. Stali sa ťažiskom jej životného kríža..

Úplná obeta za druhých a ochota byť v službe lásky sa stali zmyslom a náplňou jej života.<sup>181</sup>

---

<sup>179</sup> Por. HABOVŠTIAK A., *Za mrakmi je moje milované slnko*, 1. vyd. Nové Mesto: Vydavateľstvo, 2003, s. 41–43.

<sup>180</sup> Por. *tamtiež*, s. 162.

<sup>181</sup> Por. *tamtiež*, s. 48–50.

## 6. 2 Gianna Beretta Molla

Blahoslavená Gianna Beretta Molla bola talianska žena, matka a lekárka. Ako tridsaťdeväťročná mladá žena vydala svedectvo lásky v heroickom stupni obetovania vlastného života za svoje dieťa. Cirkev ju vyhlásila za blahoslavenú dňa 24. apríla 1994.<sup>182</sup>

Gianna prekypovala radosťou zo života, na ktorý hľadela pod zorným uhlom večnosti. Milovala všetko dobré a krásne. Jej manžel ju charakterizoval takto: „Gianna v pravom slova zmysle vychutnávala život v malých i veľkých radoostiach, ktoré nám Boh dával už na tomto svete. Bola to jedinečná a normálna žena. Pekná, inteligentná, dobrá, usmiata a elegantná dáma. Riadila auto, milovala prírodu, hudbu, šport.“<sup>183</sup> V jednaní s ľuďmi rozprávala jednoducho a jej slová prezrádzali láskavosť a pokoj.

Stredobodom jej života bola láska. Láska k Bohu, k rodine a k blíznym.<sup>184</sup> „Keď myslím na našu vzájomnú lásku, viem iba ďakovať Bohu. Naozaj je pravdou, že láska je najväčší dar, ktorý Pán vložil do ľudského srdca.“ Pred uzavretím manželstva svojmu budúcemu manželovi Petrovi povedala: „Peter, chýba niekoľko dní a máme prijať sviatosť lásky. Staneme sa Božími spolupracovníkmi v stvoriteľskom diele; dáme mu deti, aby ho milovali a slúžili mu. Peter, dokážem byť takou manželkou a matkou, po akej si vždy túžil? Chcem naozaj takou byť, lebo si to zaslúžiš a ja ťa veľmi milujem!“<sup>185</sup>

Rozhodnutie Gianny obetovať svoj život vychádzalo z hĺbky jej bytia. Úctu k životu mala nezmazateľne vstepenú v duši. V jej listoch sa nachádzajú slová:

„Láska a obeta sú vnútorne spojené ako slnko a svetlo. Nemôžeme milovať bez utrpenia a trpieť bez lásky.“

„Všetci na svete pracujeme nejakým spôsobom v službe ľuďom. My, lekári, pracujeme priamo s človekom. Predmetom našej vedy a práce je človek. Keď je pred nami, hovorí: ‘Pomôž mi’, a očakáva od nás plnosť svojej existencie. My

---

<sup>182</sup> Por. SENČÍK, Š., *Svedkovia našich čias*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 1998, s. 210–211.

<sup>183</sup> Por. BREM, H., *Gianna Beretta Molla*, 1. vyd. Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, 2000, s. 15–16.

<sup>184</sup> Por. *tamtiež*, predslov.

<sup>185</sup> Por. SENČÍK, Š., *Svedkovia našich čias*, s. 215.

máme možnosti, ktoré kňaz nemá. Naše poslanie sa nekončí vtedy, keď už lieky nepomáhajú. Je tu duša, ktorú môžeme priviesť k Bohu. Ako kňaz sa môže dotýkať Ježiša, tak my, lekári, sa dotýkame Ježiša v tele našich chorých, chudobných, mladých, starých, detí.“

„Aj prijatý neúspech v živote veriaceho lekára, ktorý požil všetky prostriedky na dosiahnutie cieľa môže byť užitočnejší pre spásu blížneho ako nejaký triumf.“

Cirkev kladie Giannu ako vzor pre tých, ktorí uznávajú dôstojnosť a hodnotu života. Gianna túto najvyššiu hodnotu života potvrdila svojim životom a smrťou.<sup>186</sup>

### 6.3 Jozefína Bakhita

Afričanka Jozefína Bakhita sa narodila sa v sudánskom Darfúre. Keď mala deväť rokov, uniesli ju priekupníci s otrokmi. Päťkrát ju predali na trhoch v Sudáne. Ako otrokyňa slúžila v rodine istého generála, kde bola denne do krvi bičovaná. Nakoniec bola predaná do Talianska, kde spoznala živého Boha, Boha Ježiša Krista. Dovtedy poznala iba majiteľov, ktorí ňou pohrdali a zle s ňou zaobchádzali, v najlepšom prípade ju považovali za užitočnú otrokyňu. Tu bol majiteľ (v benátskom nárečí ho volala „paron“) nad všetkými majiteľmi, Pán všetkých pánov. A tento Pán bol dobrý, zosobnená dobrota. Spoznala, že tento Pán poznal aj ju, on ju stvoril, ba dokonca ju miloval. Aj ona bola milovaná od najvyššieho „Parona“, pred ktorým sú aj všetci majitelia iba biedni služobníci. Ona bola poznaná, milovaná a očakávaná. Tento Pán osobne zažil údel bičovaného a teraz ju očakával „po Božej pravici“. Takže aj ona mala nádej – nielen malú nádej, že našla menej krutých majiteľov, ale veľkú nádej: ‘som bezpodmienečne milovaná a nech sa čokoľvek stane, táto Láska ma očakáva. A tak je môj život dobrý.’ Skrze nádej bola „vykúpená“, necítila sa viac otrokyňou, ale slobodnou Božou dcérou. Do Sudánu sa už nevrátila. Nechcela sa

---

<sup>186</sup> Por. SENČÍK, Š., *Svedkovia našich čias*, s. 214–216.

už nikdy odlúčiť od svojho „Parona“. Prijala sviatosť krstu, birmovania a eucharistiu. Neskôr vstúpila do kongregácie sestier kanosiánok.<sup>187</sup>

Svätořečená bola Jánom Pavlom II., dňa 1. októbra 2000.

Bakhita bola fyzicky prekrásna africká žena, so všetkými typickými telesnými vlastnosťami jej rasy. Bola vysoká a štíhla, zriedkavo chodila rýchlo. Jednu nohu ťahala mierne za sebou, čo bol dôsledok jej krutého mučenia.

Správala sa milo a zdvorilo, ťažkosti života vôbec neovplyvnili ušľachtilosť jej citov. Mala súcitné a citlivé srdce, hneď reagovala na akúkoľvek láskavosť, ktorú jej prejavili. Radovala sa s radujúcimi a k slzám ju privádzalo utrpenie každého druhu.

Rozmýšľala rýchlo. Obdarovaná Duchom múdrosti všetko obrátila na krásu. Mala humor a dobre vyvinutý zdravý úsudok. Veľmi milovala deti.

Rozprávanie nebolo pre Bakhitu jednoduché. Nedostatky v komunikácii vyvážila jej zručnosť v komunikácii. Pre jej spontánnosť a originalitu aj tragické udalosti z jej života obsahovali iskru. Jednoduchosť, s ktorou opisovala jednotlivé detaily, iba zvýrazňovala morálnu stránku jej osobnosti.<sup>188</sup>

Bakhita neprechovávala v srdci nenávisť k svojim mučiteľom. Odpustila im dlhé roky otroctva, poníženia a mučenia: „Veľmi sa za nich modlím, aby im Pán, ktorý bol taký dobrý a láskavý ku mne, mohol urobiť to isté, aby im to prinieslo obrátenie a spásu. Chudáci, oni neboli krutí, oni len nepoznali Boha, alebo si možno nemysleli, že mi až tak veľmi ublížili. Oni boli páni a ja ich otrokyňa.“

Svojich pánov poslúchala, plnila si svoje povinnosti otrokyne ako najlepšie vedela. „Vtedy som ešte nepoznala Boha. Správala som sa tak preto, lebo vo svojom vnútri som cítila, že je to tak správne.“<sup>189</sup>

Boh žil v Bakhitinom srdci skôr, ako uverila. Jej slová túto skutočnosť potvrdzujú: „Boha som zakúsila vo svojom srdci ako dieťa bez toho, aby som poznala, kto je on. Pamätám sa, že ešte ako dieťa som rozjímal nad slnkom, mesiacom a všetkými prekrásnymi javmi prírody a pýtala som sa samej seba:

---

<sup>187</sup> Por. BENEDIKT XVI., encyklika *Spe salvi*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2008, čl. 3.

<sup>188</sup> Por. DAGNINOVÁ, M. L., *Sv. Bakhita, úsmev slobody*, 1. vyd. Pezinok: Familiaris, 2008, s. 60–61.

<sup>189</sup> Por. *tamtiež*, s. 47–48.

‘Kto je pánom toho všetkého?’ Cítila som hlbokú túžbu vidieť ho, poznať ho a vzdať mu úctu.“

Po vstupe do kongregácie Bakhitu poverovali jednoduchými prácami najmä v domácnosti. Napriek tomu, že bola zatvorená medzi štyrmi stenami kláštora, naplnila prvoradú apoštolskú úlohu inštitútu. Túto misionársku túžbu vyjadrila v modlitbe: „Ó, drahý Pane, keby som len mohla zaletieť do Afriky a nahlas oznámiť všetkým ľuďom, aký dobrý si voči mne. Koľko duší by počulo môj hlas a obrátilo sa k tebe: moja drahá mamička a otecko, moji bratia, moja sestra – stále otrokyňa, všetci, všetci úbohí ľudia v Afrike. Daj, ó, Pane, aby ťa tiež mohli poznať a milovať!“<sup>190</sup>

Na otázku pravdy, ktorá sa dotýkala jej utrpenia povedala: „Čo sa týka pravdy, povedala som radšej menej ako viac. Je tu veľa pravdivých vecí, ktoré dosvedčí len sám Pán. Nedajú sa vyjadriť ani slovom, ani písmom.“

Blahoslavený Ján Pavol II. pri príležitosti jej blahorečenia jasne povedal: „V blahoslavenej nachádzame vynikajúceho svedka Božej otcovskej lásky a jasný znak stálej aktuálnosti blahoslavenstiev.“<sup>191</sup>

## 6. 4 Matka Tereza

Blahoslavená Matka Tereza bola rehoľná sestra, ktorá chodila do ulíc Kalkaty, aby sa starala o chorých a zomierajúcich. Stala sa hlasom a slovom slabých a chudobných. Jej vízia ju viedla k založeniu rádu Misionárok lásky. Svoju schopnosť milovať bližneho stále novým spôsobom nachádzala v stretnutí sa s eucharistickým Pánom. A naopak, toto stretnutie živilo jej praktickú službu druhým, ktorú prejavovala prít'azlivým, jednoduchým a konkrétnym spôsobom.<sup>192</sup> Matka Tereza je veľmi jasným dôkazom toho, že čas

---

<sup>190</sup> Por. DAGNINOVÁ, M. L., *Sv. Bakhita, úsmev slobody*, s. 56.

<sup>191</sup> Por. *tamtiež*, s. 8.

<sup>192</sup> Por. BENEDIKT XVI., encyklika *Deus Caritas est*, čl. 18.

venovaný Bohu v modlitbe nielenže neškodí skutočnej účinnosti lásky k blížnemu, ale v skutočnosti je jej nevyčerpatelným zdrojom.<sup>193</sup>

Svätý Otec Ján Pavol II. ju blahorečil Matku Terezu z Kalkaty na Námestí sv. Petra v Ríme 19. októbra 2003.

Matka Tereza chápala Boží smäd jednoducho, prežívala ho však hlboko a intenzívne. Poznala, že Boh po nás túži, „žízni“ celou silou svojho božského srdca, bez ohľadu na to, kto sme a čo robíme.

Ako môže Boh po nás „žízniť“, ak v Bohu nie je žiadny nedostatok? Aj keď smäd naznačuje nedostatok, nesie v sebe aj iný význam. Slovom Matky Terezy, smäd znamená hlbokú intenzívnu túžbu. A tak skôr ako by naznačoval nedostatok, Božský smäd poukazuje na tajomstvo slobodne zvoleného rozhodnutia túžiť po človeku.

Nazeranie Matky Terezy odкрýva v hĺbke Božieho bytia realitu, že Ježišov smäd nás orientuje smerom k veľkému tajomstvu v samom vnútri božskej prirodzenosti, ktoré Matka Tereza opisuje ako „hlbočiny nekonečnej Božej túžby milovať a byť milovaný“.<sup>194</sup>

Matka Tereza pochopila evanjelium lásky s celou energiou svojho krehkého tela. Milovala celým svojim srdcom a s každodennou námahou svojich rúk. Prekračovala hranice náboženskej, kultúrnej a etnickej odlišnosti, a učila svet tejto potrebnej a blahodarnej pravde: „Radostnejšie je dávať, ako prijímať.“

Mnoho ľudí každého stavu videlo v tejto žene nezlomnú vieru. Mala mimoriadny duchovný zrak, veľkodušnú a pozornú lásku k Ježišovi, ktorého videla v každom človeku, ktorého stretla, absolútnu úctu ku každému ľudskému životu a odvahu čeliť mnohým výzvam. „Prikľaknem si k najbiednejším z biednych a zaujímam sa o ich potreby.“ Žobráci, malomocní a obeť choroby AIDS nepotrebujú debaty a teórie: potrebujú lásku. Tí, čo sú hladní, nemôžu čakať, kým zvyšok sveta nájde dokonalé riešenie., potrebujú včasnú a konkrétnu solidarnosť. Umierajúci, nevládni a bezbranní novorodenci, ktorí nenachádzajú oporu v utopistických ideológiách, ktoré sa najmä v posledných dvoch storočiach

---

<sup>193</sup> Por. BENEDIKT XVI., encyklika *Deus Caritas est*, čl. 36.

<sup>194</sup> Por. LANGFORD, J., *Tajomný plameň Matky Terézie*, 1. vyd. Bratislava: Ikar, 2010, s. 48.



usilovali stvárniť dokonalý svet, potrebujú láskavú ľudskú prítomnosť a starostlivú ruku.

Sv. Otec Ján Pavol II. povedal o Matke Tereze: „Ovocím modlitby je viera, ovocím viery je láska, ovocím lásky je služba a ovocím služby je pokoj.“ (Z homílie kardinála Angela Sodana na pohrebe v Kalkate 13. 9. 1997)<sup>195</sup>

## 7 DUCH SVÄTÝ USPORADÚVA NAŠE SLOVÁ

Duch Svätý je Božie dýchnutie (*Spiritus, spirare*), vydychovanie lásky v srdci trojičného tajomstva. Ježišovo dýchanie, rovnako tak ako údery jeho srdca, boli nepretržite spojené s týmto tajomstvom lásky, so vzdychmi stvorenia (*Mk* 7, 34; 8, 12) a s „ašpiráciami“, ktoré v sebe nesie každé srdce. „Tu sa sám Duch za nás prihovára vzdychmi, ktoré sa nedajú vyjadriť“ (por. *Rim* 8, 26).<sup>196</sup>

*Ruah*, čo znamená *Pneuma*, Duch, je „otvorený priestor“, v ktorom sa prejavuje sila vetra a v ktorom je možné zachytiť Kristovu prítomnosť. *Ruah* je tým neviditeľným priestorom, v ktorom sa Ježiš Kristus prejavuje ako živá a aktívna skutočnosť. Výraz „v Duchu Svätom“ znamená tajomné prostredie, v ktorom po zmŕtvychvstaní môžeme prísť do kontaktu s Kristom a zakúšať jeho posväcujúce pôsobenie. Veď Kristus naozaj žije „v Duchu“ (por. *Rim* 1, 4; *IPt* 3, 18).

Vyliatie Ducha Svätého tvorí vo vnútri človeka stav milosti, ktorý umožňuje, aby jedného dňa prišiel k veľkému „osvieteniu“ a to až tak, že to „vyráža dych“. Je to stav podobný tomu, aký môžeme badať u niektorých spisovateľov, ktorí náhle pri písaní svojho diela prechádzajú z prózy do poézie,

---

<sup>195</sup> Por. VIGANO, A., *Láska k Bohu a k človeku*, 1. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo Don Bosco, 1999, s. 29.

<sup>196</sup> Por. UGEUX, B., *Hledání vnitřního pramene*, 1. vyd. Praha 1: Paulínky, 2007, s. 121.

ako keby ich myšlienky znenazdajky dostali krídla a nevedeli sa vyjadriť inak než piesňou.<sup>197</sup>

Turíce sú pokračovaním Kristovho vtelenia v živote Cirkvi. „Kde sú dvaja alebo traja zhromaždení v mojom mene, tam som ja uprostred nich.“ (Mt 18, 20). „A hľa, ja som s vami po všetky dni až do skončenia sveta.“ (Mt 28, 20). Skrze prítomnosť Ducha Svätého poznáme Ježiša Krista priamo, teraz a tu, ako svojho osobného Spasiteľa.<sup>198</sup> Duch Svätý si v Kristovi „privykol žiť s ľuďmi“, naplnil a posvätil Hlavu a z nej sa šíri do údov, aby s ňou tvorili „jedno telo a jedného Ducha“.<sup>199</sup>

Poslanie Syna a poslanie Ducha Svätého sú neoddeliteľné a tvoria jedinú ekonómiu spásy. Ten istý Duch Svätý, ktorý pôsobí pri vtelení Slova v lone Panny Márie, vedie Ježiša počas celého jeho pôsobenia a je prisľúbený učeníkom. Naučí ich všetko a pripomenie im všetko, čo Kristus povedal, pretože on, Duch pravdy (por. *Jn* 15, 26), uvedie učeníkov do plnej pravdy (por. *Jn* 16, 13).<sup>200</sup>

Apoštolí neobrátili ľudí svojimi kázňami, ale kerygmou hlásanou v Duchu a s mocou. Svätý Pavol hovorí: „Nie, že by sme boli schopní vymyslieť niečo sami od seba, akoby to bolo z nás, ale naša schopnosť je z Boha. On nás urobil súcich za služobníkov Novej zmluvy, a nie litery, ale Ducha“ (por. *2Kor* 3, 5-6).

Keď Origenes odpovedal odporcovi na kritiku kresťanskej viery obrátil sa na Boha s modlitbou: „Nech mi Boh dá milosť, aby som nečelil takýmto ľuďom čisto ľudským duchom a rozumom, ktorému chýba božská inšpirácia, aby viera tých, ktorým túžim pomôcť, sa nezakladala na ľudskej múdrosti, a tak som mohol zničiť každú prekážku, ktorá vystúpi proti poznaniu Boha. Kiež ten, kto dáva 'poslom svoje mocné slovo', dá ho aj mne, aby potom v tom, kto to číta, zrodila sa viera založená na Božom slove a jeho moci.“<sup>201</sup>

---

<sup>197</sup> Por. CANTALAMESSA, R., *Výstup na vrch Sinaj*, 1. vyd. Bratislava: Serafín, 2003, s. 136–137.

<sup>198</sup> Por. WARE, K., *Cestou orthodoxie*, 1. vyd. Praha 6: Síť, 1996, s. 106.

<sup>199</sup> Por. CANTALAMESSA, R., *Život pod vládou Kristovou*, 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994, s. 156.

<sup>200</sup> Por. BENEDIKT XVI., posynodálna apoštolská exhortácia *O Božom slove v živote a poslaní Cirkvi: Verbum Domini*, čl. 15.

<sup>201</sup> Por. CANTALAMESSA, R., *Výstup na vrch Sinaj*, s. 94–95.

Hlásanie „v Duchu a moci“ musí byť hlboko pokorné. Apoštol Pavol poznal, že jeho slová vyslovené na ľudskej a racionálnej úrovni nemajú silu a účinnosť. Keď opúšťal areopág a za jeho chrbtom si poslucháči vymenili znamenia nevôle, vyšiel z boja porazený, aby Boh z neho vyšiel víťazne. Azda práve táto skúsenosť ho neskôr viedla k tomu, aby použil obraz „netelesných“ zbraní nášho boja.

„Vo všetkom sa odporúčame ako Boží služobníci: vo veľkej trpezlivosti, v súženiach, v núdzi, v úzkostiach, pod ranami, vo väzeniach, v nepokojoch, v námahách, v bdení a v pôstoch; v čistote, v poznaní, v zhovievavosti, v добрote, v Duchu Svätom, v nepokrytekej láske, v slove pravdy, v Božej moci; zbraňami spravodlivosti v pravej i ľavej ruke, slávou aj potupou, zlou aj dobrou povest'ou, ako zvodcovia, ale pravdiví, ako neznámi, a predsa dobre známi, akoby zomierajúci, a hľa žijeme, ako trestaní, ale nie usmrtení, akoby smutní, no vždy sa radujeme, ako chudobní, a mnohých obohacujeme, akoby sme nič nemali, a pritom nám všetko patrí!“ (2Kor 6, 4-10)

Keď svätý Pavol ohlasuje milosť, prežíva existenciu, v ktorej svetské postoje – sklúčenosť, poníženie, strach, podrobenie – nechávajú miesto pokoju, radosti, pevnosti, schopnosti obohatiť iných: je to prežívané evanjelium.

Dlhý opis, ktorý je jeho skúsenosťou, zakončuje slovami: „Pre vás sa otvorili naše ústa a rozšírilo naše srdce“ (2Kor 6, 11). Pamätá na to, že Boh sa im ukazuje v Slove – Ježišovi. Pavol už viac nebude s týmto spoločenstvom, už s ním viac nebude hovoriť, ale Božie slovo je s nimi stále a sila tohto slova sa obnovuje podnetom, ktorý predchádza každú ľudskú slabosť a napráva ju.<sup>202</sup>

Duch Svätý pôsobí prostredníctvom našich skúseností, udalostí s ľuďmi, s ktorými sa spájame. Pôsobí vtedy, keď sme otvorení životu, keď ho filtrujeme cez naše kresťanské princípy a hodnoty, keď rozmýšľame o tom, čo sa deje, keď sme v styku so sebou a s tým, čo je okolo nás. To je životná dimenzia viery, ktorá nás ubezpečuje, že Boh je vždy prítomný, že nás nielen posilňuje, ale aj osvecuje a volá k ďalšiemu rastu skrze ľudskú bolesť a ťažkosť.<sup>203</sup>

---

<sup>202</sup> Por. MARTINI, C. M., *Vyznania apoštola Pavla*, 1. vyd. Bratislava: Serafin, 2005, s. 121–122.

<sup>203</sup> Por. PADOVANI, M. H., *Hojenie zranených emócií*, s. 96.

Žijeme v omyle keď sa považujeme za obhajcov Božieho úradu a jeho spravodlivosti vtedy, ak na ľudí pôsobíme dojmom, že nám nič z božích diel a z ľudskej existencie nezostalo utajené, že je nám všetko jasné a vopred dané. Keď pred veľkým utrpením nevieme mlčať a plakať – ako Ježiš s naimskou vdovou a pred Lazarovým hrobom – a namiesto toho sa strácame v prázdnych rečiach a vysvetľovaní.<sup>204</sup>

„Verme v Ducha za nami, v dlhý rad spojení, ktorý pre nás počas vekov zhromaždil poklad zdravia, múdrosti a slobody. Tento poklad je nám dnes vložený do rúk. Pamätajte, že za neho nesieme zodpovednosť pre Bohom i pred svetom.

Verme v Ducha pred nami. Tvorenie sa nikdy nezastavuje. Život chce pokračovať ďalej skrze nás. Vzájomné spojenie nech nie je uzavretým objatím, ale nech sa uskutočňuje v úsilí o spoločný, vždy väčší a vášnivo milovaný cieľ.

Verme konečne (a toto slovo zahŕňa všetko ostatné) v Ducha medzi nami. Jeden druhého dostávame ako bezhraničné pole vzájomného porozumenia, obohacovania a spolucítania. Stretávať sa budeme predovšetkým skrze prenikanie, stálu výmenu myšlienok, hnutí, snov a modlitby. Len tam, v Duchu skrze telo, neexistuje nasýtenie, sklamanie ani hranice. Iba tam je pre našu lásku voľný vzduch a cesta vpred.

Nech táto duchovná žiara zostúpi na našu rodiacu sa lásku a nech ju zachová k večnému životu.<sup>205</sup>

---

<sup>204</sup> Por. CANTALAMESSA, R., *Život pod vládou Kristovou*, s. 182.

<sup>205</sup> Por. CHARDIN, P. T. de, *Úvahy o šťastí a lásce*, s. 28.

## ZÁVER

Úvahy, ktoré sú predložené v tejto práci mali za cieľ poukázať na otázky týkajúce sa osobných vzťahov, ktoré sa vytvárajú, stvárnajú a rozvíjajú prostredníctvom slova a komunikácie.

Jednotlivé kapitoly podnecujú k zamysleniu, aký priestor má vtelené Slovo v našom konkrétnom každodennom živote. Dopad tohto jediného Slova na naše slová je „dychom“ každej komunikácie.

Dôležitá niť, ktorá sa vinie celým textom o Slove, slovách a komunikácii je láska. Každá komunikácia v Duchu Svätom má svoj základ v láske. Iba láska dokáže druhého milovať takého, aký je, počuť jeho skryté túžby, porozumieť jeho rozhodnutiam, vysloveným aj nevysloveným slovám. Láska zdieľa s druhým túžbu po pravde, odpustení a naplnení zmyslu života. Múdro a rozvážne hľadá vždy nové cesty a spôsoby, ako sa vzájomne priblížiť a hlboko zjednotiť.

Na slovo v tejto práci sme pozerali aj z iného hľadiska. Ako na slovo vyslovené bez lásky, slovo ľahostajné, zraňujúce a povrchné, za ktoré nesieme zodpovednosť a následky.

Dozrievaním do komunikácii v láske dozrievame aj do osobných vzťahov. Je to celoživotná snaha, proces, ktorý si nárokuje otvorenosť Duchu Svätému, stálu ochotu a trpezlivosť.

Ponúknuté pohľady a závery nevystihli hĺbku témy, ktorú sme si vybrali. Mnohí duchovní spisovatelia a myslitelia napísali (aj na základe osobnej skúsenosti) vzácne a inšpirujúce myšlienky, ktoré nie sú obsiahnuté v tejto práci.

## ANOTÁCIA

Priezvisko a meno autora: Drahovská Jana

Inštitúcia: Cyrilometodějská fakulta  
Univerzity Palackého v Olomouci  
Katedra pastorálnej a spirituálnej teológie

Názov práce: Dopad jediného Slova na naše slová. Impulzy z duchovného života.

Vedúci práce: Doc. Dr. Michal Altrichter, Th.D.

Počet strán: 86

Počet príloh: 0

Rok obhajoby: 2012

Kľúčové slová: Vtelené Slovo, Duch Svätý, láska, slovo, komunikácia.

Diplomová práca predkladá úvahu na tému slova a jeho významu v medziosobných vzťahoch. Zameriava sa na slovo z teologického a psychologického pohľadu. Venuje pozornosť otázkam týkajúcich sa tvorivej a „antitvorivej“ komunikácie; problematike zneužívania slova a vyhojenia rán zo zraňujúcich slov.

Vtelené Slovo a úloha Ducha Svätého v slovách predstavujú kľúčovú časť tejto práce.

## ANNOTATION

Surname and name: Drahovská Jana

Institution: Cyrilometodějská fakulta  
Univerzity Palackého v Olomouci  
Katedra pastorálnej a spirituálnej teológie

Title of the Thesis: The impact of just one Word on our words. The impulses of spiritual life.

Supervisor: Doc. Dr. Michal Altrichter, Th.D.

Number of pages: 86

Number of annexes: 0

Year of exam: 2012

Key words: Incarnate Word, Holy Spirit, love, word, communication.

The Diploma work submits the consideration of the theme about word and its meaning in the interpersonal relations. It's aiming at the word in its theological and psychological sense. This work pays attention to the questions of the Creative and "anti-creative" communication; to the questions of misusing of the word and to the healing of wounds caused by malicious words.

*Incarnate Word and the role of the Holy Spirit in words are key part of this Diploma work.*

## ZOZNAM POUŽITÝCH PRAMEŇOV A LITERATÚRY

### 1. Dokumenty Cirkvi, encykliky, Sväté písmo

BENEDIKT XVI. *Deus Caritas est*, encyklika, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2006, 62 s. ISBN 80-7162-594-9.

BENEDIKT XVI. *Spe salvi*, encyklika, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2008, 66 s. ISBN 978-80-7162-700-5.

BENEDIKT XVI. *Verbum domini, o Božom slove v živote a poslaní Cirkvi*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2011. 167 s. ISBN 978-80-7162-868-2.

DOKUMENTY II. Vatikánskeho koncilu, dogmatická konštitúcia *O Božom zjavení: Dei verbum*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2008, 846 s. ISBN 978-80-7162-738-8.

KONGREGÁCIA PRE INŠTITÚTY ZASVÄTENÉHO ŽIVOTA A SPOLOČNOSTI APOŠTOLSKÉHO ŽIVOTA, *Bratský život v spoločenstve*, inštrukcia, 1. vyd. Banská Bystrica: Rímskokatolícky úrad Banská Bystrica, 1996, 62 s. ISBN 80-967545-3-X

*Katechizmus katolíckej Cirkvi*, 2. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 1999, 890 s. ISBN 80-7162-259-1.

*Sväté písmo Starého i Nového zákona*, 1. vyd. Rím: Slovenský ústav svätého Cyrila a Metoda, 1995.

### 2. Použitá literatúra

AUGUSTYN, JÓZEF. *Být otcem*, 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2004., 235 s. ISBN 80-7192-581-0.

AUGUSTYN, JÓZEF. *Svet našich pocitov*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2008, 145 s. ISBN 978-80-7141-620-3.



AUGUSTYN, JÓZEF. JEDLIŃSKI, KRZYSZTOF. SANTORSKI, JACEK. *Terapia a pastorácia*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 1999, 45 s. ISBN 80-7141-260-0.

BENEDIKT XVI. – RATZINGER, JOZEF. *Zasiachnutí neviditeľným*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2006, 324 s. ISBN 80-7141-552-9.

BENNER, DAVID. *Hojenie emocionálnych poranení*, 1. vyd. Nitra: Nádej, 1992, 127s. ISBN 80-7120-021-2.

BREM, HILDEGARD. *Gianna Beretta Molla*, 1. vyd. Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, 2000, 42 s. ISBN 80-967496-4-1.

CANTALAMESSA, RANIERO. *Výstup na vrch Sinaj*, 1. vyd. Bratislava: Serafin, 2003, 178 s. ISBN 80-88944-77-5.

CANTALAMESSA, RANIERO. *Život pod vládou Kristovou*, 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994, 304 s. ISBN 80-85527-47-2.

CAMPATELLI, MARIA. *Křest. Každý den u pramenů nového života*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2010, 155 s. ISBN 978-80-7412-055-8.

CRABB, LARRY. *Umění přiblížit se*, 1. vyd. Praha: Návrat domu, 2000, 208 s. ISBN 80-7255-019-5.

DAGNINOVÁ, MARIA LUISA. *Sv. Bakhita, úsmev slobody*, 1. vyd. Pezinok: Familiaris, 2008, 102 s. ISBN 978-80-969022-6-2.

FALLETTI, CESARE. *Hlas jemného vánku*, 1. vyd. Praha 1: Paulínky, 2008, 103 s. ISBN 978-80-86949-43-7.

FRANKL, VIKTOR EMANUEL. *Neuvedomený Boh*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2005, 132 s. ISBN 80-7114-469-X.

FRANKL, VIKTOR EMANUEL. *Trpiaci človek*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2007, 158 s. ISBN 978-80-7114-638-4.

GARCZYŃSKI, STEFAN. *Ako vychádzať s ľuďmi*, 1. vyd. Bratislava: Obzor, 1968, 224 s. ISBN číslo povolenia 1040/1-1967.65-066-68.

GRŮN, ANSELM. – SARTORIUSOVÁ, CHRISTIANE. *Ľudská zrelosť zasvätených osôb*, 1. vyd. Bratislava: Don Bosco, 2007, 133 s. ISBN 978-80-8074-053-5.

GRŮN, ANSELM. *Modlitba jako setkání*, 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1993, 62 s. ISBN 80-85527-26-X.

GUARDINI, ROMANO. *Modlitba Páně*, 1. vyd. Řím: Křesťanská akademie v Římě, 1967, ISBN 80-71925-22-5.

GUARDINI, ROMANO., *O podstatě uměleckého díla*, 1. vyd. Praha: Triáda, 2009, 168 s. ISBN 978-80-87256-03-9.

GUARDINI, ROMANO. *Svět a osoba*, 1. vyd. Řím: Křesťanská akademie, 2005, 166 s. ISBN 80-86885-02-X.

CHARDIN, PIERRE TEILHARD DE. *Úvahy o štěstí a lásce*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2005, 68 s. ISBN 80-86715-48-5.

HABOVŠTIK ANTON. *Za mrakmi je moje milované slnko*, 1. vyd. Nové Mesto: Vydavateľstvo, 2003, 222 s. ISBN 80-85487-39-X.

JUDÁK, VILIAM. *Vo všedný deň nevšedne*, 1. vyd. Bratislava: Karmelitánske nakladateľstvo, 2010, 205 s. ISBN 978-80-89231-53-9.

KOREC, JÁN CHRYZOSTOM. *O kultúre*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2001, 152 s. ISBN 80-7114-343-X.

KŘIVOHLAVÝ, JARO. *Povídej naslouchám*, 1. vyd. Praha: Návrat, 1993, 105 s. ISBN 80-85495-18-X.

MARCO, DONALD DE. BUBÁK, MILAN. *Čnosti – Pondelkové úvahy v Univerzitnom pastoračnom centre v Bratislave*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2009, 296 s. ISBN 978-7114-788-6.

LANGFORD, JOSEPH. *Tajomný plameň Matky Terézie*, 1. vyd. Bratislava: Ikar, 2010, s. 311 s. ISBN 978-80-551-2244-1.

MARTINI, CARLO MARIA. *Vyznania apoštola Pavla*, 1. vyd. Bratislava: Serafin, 2005, 125 s. ISBN 80-8081-018-4.

NOUWEN, HENRI JOZEF MARIA. *Ako klaun v Ríme*, Lúč, 1. vyd. Bratislava: 2009, 92 s. ISBN 978-80-89342-08-2.

NOUWEN, HENRI JOZEF MARIA. *Cesta srdca*, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2006, 64 s. ISBN 80-968638-8-6.

PADOVANI, MARTIN. *Hojenie zranených emócií*, 1 vyd. Nitra: SVD, 1999, 115 s. ISBN 80-85223-49-X.

POWELL, JOHN SJ. *Kto prvý hodí kameňom?*, 2. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2007, 218 s. ISBN 978-80-7141-556-5.

POWELL, JOHN SJ. *Prečo mám strach povedať ti, kto som?*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2007, 99 s. ISBN 978-80-7141-575-6.

POWELL, JOHN SJ. *Šťastie sa začína vnútri*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 1991, 184 s.. ISBN 978-80-7141-695-1.

PRINCE CHARLES. *Jak říci jinak mám tě rád*, 1. vyd. Praha: Paulínky, 2005, 78 s. ISBN 80-86025-82-9.

RAHNER, KAROL. *Slova do mlčení*, 1. vyd. Svitavy: Trinitas, 2004, 81 s. ISBN 80-86036-96-0.

RAHNER, KAREL. WELTE, BERNHARD. *Novou odvahu k ctnosti*, 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 1998, 152 s. ISBN 80-7021-173-3.

RATZINGER, JOZEF., *Boží světlo v naší době*, 1. vyd. Praha: Paulínky, 2008, 255 s. ISBN 978-80-86949-60-4.

RATZINGER, JOZEF. BENEDIKT XVI. *Chválořeč na svedomie*, 1. vyd. Trnava: Spolok svätého Vojtecha, 2010, 163 s. ISBN 978-80-7162-845-3.

RATZINGER, JOZEF. BENEDIKT XVI. *Ježiš Nazaretský*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2007, 391 s. ISBN 978-80-7141-579-4.

RATZINGER, JOZEF. BENEDIKT XVI. *Ježiš Nazaretský II*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 2011, 312 s. ISBN 978-80-7141-721-7.

SENČÍK, ŠTEFAN. *Svedkovia našich čias*, 1. vyd. Trnava: Dobrá kniha, 1998, 290 s. ISBN 80-7141-217-1.

STEVANI, MILENA. *Citová autonómia zasvätenej ženy*, 1. vyd. Roma: Istituto Figlie di Maria Ausiliatrice Roma, preklad a redakčná práca: sr. Livia Kvašná FMA, sr. Eva Matejková FMA, pre vnútornú potrebu Konferencie vyšších predstavených ženských reholí, 2005, 118 s.

ŠITAL, FRANTIŠEK. *Boží slovo a lidská řeč*, 14 s. (samizdat).

ŠPIDLÍK, TOMÁŠ. *Apoštol národů svatý Pavel*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2008, 92 s. ISBN 978-80-7412-005-3.

ŠPIDLÍK, TOMÁŠ. *Duchovní jednota nové Evropy*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2007, 79 s. ISBN 978-80-86715-78-0.

ŠPIDLÍK, TOMÁŠ. *Vnitřně zakoušet*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2009, 392 s. ISBN 978-80-7412-028-2.

ŠPIDLÍK, TOMÁŠ – RUPNIK, MARKO IVAN. *Nové cesty pastorální teologie*, 1. vyd. Olomouc: Refugium Velehrad – Roma, 2008, 656 s. ISBN 978-80-86715-97-1.

TYROL, ANTON. *Dei Verbum*, komentár k dogmatickej konštitúcii Druhého vatikánskeho koncilu, 1. vyd. Ružomberok: Katolícka univerzita, 2003, 124 s. ISBN 80-89039-22-7.

UGEUX, BERNARD. *Hledání vnitřního pramene*, 1. vyd. Praha 1: Paulínky, 2007, 190 s. ISBN 978-80-86949-09-3.

VELLA, ELIAS. *Ježiš, môj uzdravovateľ*, 1. vyd. Banská Bystrica: Per Immaculatam, 2002, 269 s. ISBN 80-968854-05-3.

VIGANÓ, ANGELO. *Láska k Bohu a k človeku*, 1. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo Don Bosco, 1999, 32 s. ISBN 80-88933-21-8.

WARE, KALLISTOS. *Cestou orthodoxie*, 1. vyd. Praha 6: Síť, ekumenické nakladateľství, 1996, 174 s. ISBN 80-901571-6-5.

WONS. KRZYSZTOF. *Bol stratený a našiel sa*, 1. vyd. Michalovce: Redemptoristi, Vydavateľstvo Misionár, 2008, 144 s. ISBN 978-80-88724-33-9.

### 3. Iné zdroje

*Sprevádzať povolania*, zborník prednášok z II. medzinárodného kurzu pastorácie povolání na Slovensku, Dolný Smokovec, 3 – 8. apríl 2005, 1. vyd. Bratislava: Lúč, 2005, 108 s. ISBN 80–7114-563-7.

*Fórum pastorálnych teologu V. „Komunikace ve farnosti“*, zborník, 1. vyd. Olomouc: vydala UP v Olomouci, 2005, 89 s. ISBN 80-244-1291-8.

Liturgická komisia KBS, *Blahorečenie Bratislava – Petržalka*, 14. september 2003, 1. vyd. Trnava: Spolok sv. Vojtecha 2003, 88 s. ISBN 80-7162-450-0.

#### 4. Zoznam použitých elektronických zdrojov

VÍTEK JURAJ. [stiahnuté 2. 1 2010] dostupné na  
<<http://storico.radiovaticana.org/slo/storico/2010>>,  
01/346492\_zamyslenie\_nad\_liturgickymi\_citaniami\_2  
\_nedele\_po\_narodenii\_pana.html

VÍTEK JURAJ. [stiahnuté 15. 12. 2011] dostupné na  
<http://storico.radiovaticana.org/slo/storico/2010>  
01/346492\_zamyslenie\_nad\_liturgickymi\_citaniami\_2\_nedele\_po\_narodenii\_pan  
a.html

BENEDIKT XVI, *Vánoční poselství Benedikta XVI. Urbi et Orbi*, Nám. sv.  
Petra, [stiahnuté 15. 1. 2012] dostupné na <  
<http://www.radiovaticana.cz/clanek.php4?id=13878>>

BENEDIKT XVI, *Promluva Benedikta XVI. na setkání s angažovanými katolíky*,  
Freiburg, [stiahnuté 15. 1. 2012] dostupné na  
<http://www.radiovaticana.cz/clanek.php4?id=15223>

## ZOZNAM SKRATIEK

### Všeobecné skratky

atď.	a tak ďalej
bl.	blahoslavený/á
in	v
napr.	napríklad
por.	porovnaj
s.	strana
sv.	svätý/á
vyd.	vydanie

Skratky kníh Svätého písma sú použité podľa:

Sväté písmo Starého i Nového zákona, 1. vyd. Rím: Slovenský ústav svätého Cyrila a Metoda, 1995.