

UNIVERZITA MATEJA BELA V BANSKEJ BYSTRICI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Katedra teológie a katechetiky

**Pastoračná starostlivosť
so špecifickým zameraním**

Pavel Procházka

2016

Názov: **Pastoračná starostlivosť so špecifickým zameraním**
Autor: prof. ThDr. Pavel Procházka, PhD.
Obálka: Ing. Jaroslav Kukučka
Druh práce: monografia
Recenzenti: prof. ThDr. PhDr. PaedDr. Imrich Peres, PhD.,
doc. ThDr. Albín Masariš, PhD.
Jazyková úprava: Bc. et Mgr. Mariana Kušiaková
Vydavateľ: Univerzita Mateja Bela, Pedagogická fakulta, Katedra teológie a katechetiky v spolupráci so ZEC v SR.
Náklad: 150 ks
Rok vydania: 2016
ISBN 978-80-557-1201-7

Obsah

Predhovor	5
1 O pastoračnej teológii a pastoračnej starostlivosti	7
1.1 Ježišova pastoračná starostlivosť	13
1.2 Osobnosť pracovníka v pastoračii.....	14
1.3 Cirkevné spoločenstvo v pastoraálnom kontexte.....	17
1.4 Nouthetické pastoraálne poradenstvo	20
1.5 Motív súdu a Božieho kráľovstva pri pastoračii	22
1.6 Modlitba a pastoračná starostlivosť	23
1.7 Konkrétne úlohy.....	28
1.8 Rozdiely medzi pohlaviami	28
1.9 Homosexualita	31
1.10 Možnosti pastoračného poradenstva v otázkach súvisiacich so sexualitou.....	34
2 Pastoračné prístupy podľa vekových kategórií.....	37
2.1 Dorast a mládež	37
2.2 Raná dospelosť	42
2.2.1 Biblia a raná dospelosť	42
2.2.2 Pastoračné sprevádzanie v období ranej dospelosti	45
2.2.3 Model riešenia problémov.....	46
2.2.4 Prevencia vzniku vážnych pastoračných problémov v období ranej dospelosti.....	47
2.3 Pastoračná starostlivosť o dospelých v strednom veku.....	49
2.3.1 Charakteristika ľudí v strednom veku pre potreby pastoračného sprevádzania	49
2.3.2 Pastoračné sprevádzanie a zrelosť veriaceho	54
2.3.3 Pastoračné sprevádzanie vyzretých ľudí.....	56
2.3.4 Prevencia vzniku ťažkých pastoračných problémov ľudí v strednom veku.....	60
2.4 Pastoračná starostlivosť o seniorov	63
2.4.1 Staroba a pastoračia.....	63
2.4.2 Biblia a staroba.....	65
2.4.3 Čakať a radit' alebo intervenčne napomínať?.....	66
2.4.4 Výzvy na sprevádzanie seniorov.....	66

2.4.5 Duchovné rozhovory so seniormi	67
2.4.6 Podporné prostredie pre starostlivosť o seniorov	70
2.4.7 Ciele pastoračného sprevádzania seniorov	72
2.4.8 Na čo treba osobitne dbať	73
3 Pastoračná starostlivosť o chorých	80
3.1 Choroba ako kríza	81
3.1.1 Nebezpečenstvo krízových situácií	81
3.1.2 Príležitosti v krízových situáciách	82
3.2 Špecifiká duchovnej pomoci chorým	83
3.2.1 Bezprostredný vstup do situácie	84
3.2.2 Nadviazanie pastoračného kontaktu s chorým	85
3.2.3 Zredukovanie úzkosti	85
3.2.4 Zdroje pomoci chorému	86
3.2.5 Vštepenie nádeje a svätá Večera Pánova s chorým	87
4 Pastoračná starostlivosť o zomierajúcich	89
4.1 Zomieranie	92
4.1.1 Vstup do pastoračnej pomoci zomierajúcemu	93
4.1.2 Konkrétnosti pastoračnej pomoci zomierajúcemu	95
4.1.3 Pohreb ako súčasť pastoraácie	100
5 Pastoračná starostlivosť o pozostalých	102
Literatúra citovaná a odporúčaná	119

Predhovor

Keď som sa v r. 1984 vracal z ročného študijného pobytu z Nemecka, sníval som o tom, že by raz bolo dobre, keby sme na Slovensku mali odborné texty k pastoračnej práci, ktoré by tak ordinovaných duchovných, ako aj laických pracovníkov cirkvi uvádzali do tejto problematiky. Prešli roky a moje vtedajšie sny sa naplnili. Prof. ThDr. Pavel Procházka, PhD., sa tejto problematike dlhodobo odborne venuje. Pastorálnu teológiu prednáša na Katedre teológie a katechetiky PF UMB v Banskej Bystrici; ako vedúci výskumných tímov alebo ako ich člen sa zapája do riešenia vedecko-výskumných úloh týkajúcich sa praktickej teológie. Vede záverečné, diplomové, rigorózne a dizertačné práce, ktorých značná časť sa taktiež týka praktickej teológie. Neostáva však len v oblasti teórie. Počas celého svojho pracovného života bol aktívne zapojený do pastoračnej práce cirkvi. Preto môžeme povedať, že jej úlohám rozumie nielen z perspektívy odborného nadhľadu, ktorý je potrebný na písanie prác ako je táto, ale aj z perspektívy každodenného pastoračného stretania sa s ľuďmi v ich osobných zápasoch.

Môj nemecký učiteľ doc. Klaus Führmann nás učil, že pastoračnú prácu môžeme podľa typológie vzniku krízových javov rozdeliť na tzv. vývinové javy (podľa vekových kategórií) a tzv. spontánne, ktoré človeka stretávajú bez ohľadu na to, kde sa ontogeneticky nachádza. Ozvenu takéhoto členenia pozorujeme aj v predloženej práci. 1. kapitola uvádza čitateľa do problematiky pastorálnej teológie a pastoračnej starostlivosti. V 2. kapitole (s názvom Pastoračné prístupy podľa vekových kategórií) sa autor zaoberá problematikou ontogenetických kríz, kapitoly 3 – 5 obracajú pozornosť k významným témam v rámci okruhu spontánnych kríz či životných strát, menovite k súvislostiam pastoračných prístupov k chorým, zomierajúcim a smútiacim. Rozsah, ktorý tomuto okruhu venuje, poukazuje na nenahraditeľný význam ponuky pastoračnej starostlivosti v týchto situáciách.

Prof. Procházka pristupuje k svojmu čitateľovi ako dobrý poradca. V jednotlivých kapitolách, uvážlivo rozpracovaných s dôrazom na

orientáciu v kontexte a v hlavných úlohách, ho súčasne vedie k vnímaniu konkrétnych detailov pri stretnutí s konkrétnym človekom a umožňuje mu osobne hľadať realizačné prístupy. V tom môžeme vidieť autorovu úctu nielen k vedeckým a duchovným poznatkom, ale aj k jeho čitateľom a k pastoračnej práci ako takej.

Ďalším pozitívom predloženej práce je aj skutočnosť, že prof. Procházka jasne prezentuje potrebu porozumieť problémom, pričom sprostredkúva odborný a duchovný pohľad do situácie; avšak to ho nevedie k profesionalizovaniu pastoračnej práce a k vytesňovaniu laických pracovníkov. Práve naopak, predložená práca na viacerých miestach poukazuje na prínosy pastoračnej angažovanosti laikov. Kde je to potrebné, citlivo píše o potrebe špeciálneho vzdelávania (napr. na vytváranie podporných tímov pre smútkové sprevádzanie).

Túto prácu s veľkou radosťou odporúčam jednak študentom teológie, jednak cirkevnej verejnosti s priáním, aby prispela k rozvoju cirkevnej komunity ako miesta, kde človek nájde nielen kvalitné ohlasovanie Slova a spoločenstvo pri bohoslužbe, ale aj možnosti reálneho zvládania osobných problémov. To preto, aby sme si kvôli dvojitému prikázaniu lásky hľadali nielen čas pre blížneho, ale najmä porozumenie pre jeho problémy, a cesty, ako ich s Božou pomocou zvládnuť.

V Tajove 3. 11. 2016

Doc. ThDr. Albín Masarik, PhD.

1 O pastorálnej teológii a pastoračnej starostlivosti

Pastorálna teológia (označovaná ako **poimenika** od gr. ποιμήν = pastier; adj. ποιμενικός = pastiersky; vlastný pastierovi, týkajúci sa pastiera) sa zaoberá aplikáciou teologických zistení v kontexte cirkevnej služby veriacim. Jej skúmanie je zamerané na praktické vyjadrenie teológie, na jej aplikáciu nasmerovanú na človeka s komplexom jeho potrieb, túžob, radostí a starostí, istôt a obáv.

Pastorálnej teológii sa bežne kladie úloha byť nástrojom konkrétneho výstroja duchovných pre pastoračnú starostlivosť (dušpastierstvo). Duchovní majú získať špecifické vedomosti a zručnosti potrebné na službu: „A tak nech nás každý pokladá za Kristových služobníkov a za správcov Božích tajomstiev.“ (1Kor 4,1) Pastorálna teológia je teoreticky a empiricky odôvodnená, má svoju históriu a štruktúru. Vyvíja systém poznatkov a organizuje svoju odbornú prácu. Má objekt skúmania, vyvinuté metódy a techniky práce, vytvára vlastnú terminológiu a pojmy; jazykom sebe vlastným opisuje a charakterizuje svoje bádateľské zameranie a má vzťah aj k iným disciplínam, najmä teologickým. Jej témy sa úzko dotýkajú najmä homileтики, liturgiky, diakoniky, etiky, ale tiež psychológie. V tom zmysle je vedeckou disciplínou. Poimenika sa rozvíja na univerzitách a teologických inštitútoch.

Pastorálna teológia sa v zmysle protestantskej teológie zameriava na jedného a jedinečného Pastiera (Jn 10,11). Z tohto dôvodu ju možno považovať za disciplínu s ekumenickým dosahom. Ukazuje smerom k jednej Cirkvi a podporuje eschatologickú nádej viery v jedno stádo Pána Ježiša Krista.

Ako sa s úlohami pastorálnej teológie vyrovnával protestantizmus od konca 19. storočia, charakterizuje H. Eschmann¹ (2002, s. 5 – 16). Všíma si

¹ Holger Eschmann, nar. 1957, profesor praktickej teológie v nemeckom Reutlingene.

poimenickú diskusiu na prelome 19. a 20. storočia a charakterizuje ju pod hlavičkami „dušpastierstvo ako zvestovanie Božieho slova“ (W. Otto), „dušpastierstvo ako výraz života kresťanského zboru“ (F. Wintzer), „dušpastierstvo v kontexte plnej moci“ (J. C. Blumhardt), „záujem o empirické otázky a narastajúce sústredenie na jednotlivého človeka“ (O. Baumgarten, P. Drews, F. Niebergall, O. Pfister). V období medzi svetovými vojnami sa rozvíja najmä „kérygmatické dušpastierstvo“ (K. Barth, E. Thurneysen) a „terapeutické dušpastierstvo“ chápujúce pastoračnú starostlivosť v prvom rade ako pomoc v živote (J. Scharfenberg a iní). Na prelome tisícročí sa poimenická diskusia odvíja v úzkom napojení na každodenné potreby ľudí v období postmodernity, ktorá vplýva na vzrastajúci význam zboru a spirituality v pastoračnej starostlivosti.

Katolícky prístup k problematike pastorálnej teológie naznačuje napr. M. Szentmártoni² (1999, s. 11): „Zdá sa, že jestvuje napätie medzi dvoma rozličnými koncepciami: prvá chápe pastorálnu teológiu v širšom zmysle ako praktickú teológiu, druhá ju interpretuje celkom striktné, t. j. ako vedu o priamych úkonoch Cirkvi... Pastorálnu teológiu možno definovať ako teologickú reflexiu o celku aktivít, cez ktoré sa Cirkev uskutočňuje, s cieľom spresniť, ako by tieto aktivity mali prebiehať.“ (1999, s. 9) Formálnym predmetom pastorálnej teológie je pre Szentmártoniho *uskutočňovanie sa Cirkvi*. Podčiarkuje význam spolupráce pastorálnej teológie so sociológiou a psychológiou. Zohľadnenie výskumov týchto vedných odborov sa uplatní v odbornejšom prístupe k človeku a k jeho spoločenským väzbám.

Pastorálna teológia nemôže a ani nechce nahradiť psychologickú a sociologickú vedu. Nemusí ich považovať za konkurenciu, zato môže vďačne prijímať výsledky ich výskumu a reagovať na ne pri interpretácii a aplikácii Písma a teológie vo svetle vedeckého poznania. Poskytovateľ pastoračnej starostlivosti tak dostane do ruky mocnejší nástroj; jeho služba bude efektívnejšia, pretože prijme aj informácie, ktoré teológia svojim

² Profesor Mihály Szentmártoni, nar. 1945, rímskokatolícky pastorálny teológ.

skúmaním nezískava. Navyše má možnosť obracať sa s prosbami o pomoc k Pánu Bohu. Ten mu dáva Sväté Písmo a modlitbu; teda možnosť porovnať dnešného človeka vo svetle súčasných humanitných vied s človekom biblických paradigiem. Navyše mu Boh dáva Sám seba v Duchu Svätom. Pastoračná starostlivosť o človeka je zodpovednou službou človeka človekovi s podporou moci a lásky samotného Boha prejavujúca sa konkrétne tak, že pastoračia sa stáva zvestovaním Božieho odpustenia v Kristovi.

A predsa majú s psychológiou a sociológiou totožný zámer: presne a dôkladne diagnostikovať konkrétne problémy, v ktorých sa človek nachádza (napr. utrpenie, zlo) a v nadväznosti na to konštruovať efektívne spôsoby, ako sa s nimi vyrovnávať (napr. formy intervencie, stratégie starostlivosti). Poctivé štúdium pastorálnej teológie si vyžaduje veľa čítania, širokospektrálny záujem študenta a myseľ otvorenú pre rôzne koncepty. Keďže každý človek je niečo ako „Boží originál“, pastorálna teológia nemôže ustrnúť v zaužívaných vzorcoch myslenia, ale musí byť prístupná novým veciam. Aj v jej kontexte si môžeme s úžitkom pomyslieť na slová Zj 21,5: „A ten, čo sedel na tróne, povedal: Hľa, všetko tvorím nové.“

Pastorálna rada nemôže vychádzať z vopred naučených vzorcov. Každú pastoračnú otázku treba nanovo examinovať vo vzťahu ku konkrétnej komunite, jej poslaniu a vlastným tradíciám. Opravdivosť, zodpovednosť a profesionálna poctivosť zaväzuje pastoračnú starostlivosť k interdisciplinárnym vzťahom, pretože jestvuje pre človeka. Ľudí nemožno vytrhnúť z ich pospolitosti; preto sú problémy pastoračnej starostlivosti v ohnisku záujmu aj pastorálnej teológie. Spoločnosť ovplyvnená vlastnými dejinami má svoje kategórie, ktoré, napr. pre psychoterapiu, poskytujú isté normatívy práce (napr. pri definovaní formality človeka; teda stavu, ku ktorému psychoterapia v službe ľuďom smeruje). Tieto kategórie sú však pre pastoračnú starostlivosť i pastorálnu teológiu iné. Pastoračná starostlivosť všeobecne prijímané kritériá sekulárneho sveta prinajmenšom podrobuje kritickému preskúmaniu vo svetle biblických normatív. Má svoje vlastné kategórie, ktoré nemôže obísť. Vyplývajú z postavenia a

normotvornosti Biblie ako jediného pravidla viery a života (reformačný princíp *sola scriptura*).

Človek nie je vo vesmíre sám: je v spoločenstve s Bohom a Boh je s ním. Pastoračná starostlivosť vidí človeka v horizonte Božej starostlivosti a lásky; z týchto premís vychádza a z povedomia dlhu voči Božej láske v prospech blížneho aj koná. Práve z tohto presvedčenia vyplýva konkrétna pastoračná starostlivosť o človeka. Poskytuje povzbudzovanie a vedenie s cieľom stimulovať osobnostný rast a rozvoj; pomáhať ľuďom, aby sa vedeli efektívnejšie vyrovnávať s problémami života v konfrontácii so svojou vierou, ktorá im pred oči stavia ideály biblickej svätosti, aké – ako to oni sami vnímajú – prečasto nie sú schopní dosiahnuť. Treba však zdôrazniť, že Boh i v tomto prípade predchádza myšlienky, slová a skutky človeka. Cirkevný otec Augustín poukazoval na to, že Božia milosť vždy predchádza ľudské rozhodnutie. Existuje skôr, ako človek čokoľvek urobil. Je nezávislá od ľudského konania (*gratia praeveniens*). Poskytovateľ pastoračnej starostlivosti si je v tomto zmysle vedomý toho, že vchádza do Bohom pripravených vecí: „Veď sme jeho dielo, stvorení v Kristovi Ježišovi nato, aby sme konali dobré skutky, ktoré nám Boh už vopred pripravil.“ (Ef 2,10)

Pastorálna teológia sa sústreďuje na človeka ako na Božie stvorenie, ktoré nie je ponechané napospas svojmu osudu samo. Nám sa síce niekedy zdá, že Boh je skrytý, nepoznatelný ľudskou myslou (*Deus absconditus*) a treba ho hľadať nejakými špecifickými spôsobmi a cestami, no v skutočnosti je našim Záchrancom, Spasiteľom, ako to vyjadril Izaiáš 45,15: „Naozaj, ty si Boh, ktorý sa skrýva, Boh Izraela, spasiteľ.“ Stojíme na pozícii, ktorá je v príkrom rozpore s ateistickou filozofiou, slovami C. Tresmontanta³ tvrdiacou, že „celý vesmír je sám. Nemôže teda prijímať novú informáciu. A nemôže si ju ani dať, pretože ju nemá. Mal by teda zostať tým, čím je, bez zmeny a viazaný na svoje prvotné formy.“ Ale – ako pokračuje

³ Claude Tresmontant (1925 – 1997); francúzsky filozof a teológ.

Tresmontant – vesmír sa „v skutočnosti však vyvíja a obohacuje, dokonca sa v ňom objavuje nová bytosť, nové bytosti. Preto sa ateizmus mýli.“ (1995, s. 13)

Ako definovať **pastoračnú starostlivosť** (pastoráciu, dušpastierstvo, kresťanské poradenstvo, kresťanské sprevádzanie)? Keď sa začneme informovať v odbornej literatúre, prekvapivo zistíme, že nenájdeме spoločnú definíciu pastoračnej starostlivosti. Spoločné je iba východisko definovania v názore, že pastoračná starostlivosť je kresťanská služba, ktorá vyrastá z odborných zistení pastorálnej teológie. Farári, pastori, kazatelia, ale aj na to určení laici sa pri pastoračnej starostlivosti sústreďujú predovšetkým na poskytovanie spoločenstva (sprevádzanie), a to najčastejšie formou osobných stretnutí a rozhovorov. Osobitne sa považuje za dôležité, aby bola pastoračná starostlivosť poskytovaná v situáciách, keď niekto potrebuje uzdravenie, zmierenie, vedenie a podporu. Sprevádzanie má podobu domácich návštev, návštev v nemocniciach, v rôznych zariadeniach sociálnej starostlivosti, v hospicioch, ale tiež v pracovniach počas hodín vyhradených na rozhovory s ľuďmi. Významné sú i stretnutia na bohoslužbách a po nich.

V širšom slova zmysle je pastorácia vnímaná ako poskytovanie duchovného sprevádzania. Podobne ako deti či študenti, aj veriaci na ceste viery prijímajú starostlivosť svojich učiteľov, duchovných vodcov; ľudí v službe evanjelia. Pastoračná starostlivosť zahŕňa záležitosti výchovy k učeníctvu Ježiša Krista, oblasť rozvoja duchovného zdravia, spoločenskej a mravnej edukácie, sebakontroly správania, ale i emocionálnu podporu.

J. Smolík⁴ v úvode svojej práce (1991) stavia pastiersku starostlivosť do úzkeho vzťahu k homiletickej činnosti; ku kázaniu. Kázanie podľa Smolíka, ktorý sa opiera o Möllera a Daňka, má pastoračnú dimenziu. Rozdiel je

⁴ ThDr. Josef Smolík, Dr. h.c., D. D. h.c., STM, (1922–2009); český evanjelický teológ a profesor praktickej teológie.

v tom, že kázanie zvestuje evanjelium na podklade určitého odseku textu z Písma do situácie všetkých poslucháčov, kým v pastoračnom rozhovore človek čaká na Slovo vyvierajúce z jeho situácie. V pastoračnom rozhovore sa môže kazateľ presvedčiť, či zvest' kázania k poslucháčovi došla; či ozaj bola tlmočená na vlnách, na ktoré bol naladený (s. 13). V širšom poňatí definuje pastiersku starostlivosť ako „službu smerujúcu k viere a k životu z viery“ a vidí ju ako uskutočniteľnú v kontexte živého, Božím slovom obnoveného zboru (s. 16).

W. Clebsch⁵ a C. Jaekle definujú pastoračnú starostlivosť ako „skutky pomoci vykonávané poverenými kresťanmi, nasmerované na uzdravenie, podporu, vedenie a zmierenie problémových osôb; na problémy, ktoré sa objavujú v kontextoch základného významu a záujmu“ (1964, s. 4). Silnou stránkou tejto definície je implicitné presvedčenie, že pastoračná starostlivosť nie je výlučne v kompetencii ordinovaných osôb. Niektorí ľudia sú na túto službu predurčení, ale nemusia to byť ľudia spomedzi ordinovaných. Pripravený, vzdelaný laik môže vykonávať túto prácu niekedy ešte lepšie, pretože sa častejšie dostane za múry cirkevného geta.

L. Holst⁶ definuje úlohu pastoračnej starostlivosti ako „pokús pomôcť druhým slovami, skutkami i vzťahmi, aby mali vo svojom živote čo najplnšiu skúsenosť s realitou Božej prítomnosti a lásky“ (1996, s. 46). Táto definícia je zameraná na jeden z cieľov pastoračnej starostlivosti: na získanie vyváženosti vlastného prežívania Božej prítomnosti a skúsenosti s Bohom. Dosahuje sa hovoreným slovom, vykonaným skutkom spolu s vytvoreným a udržiavaným vzťahom. Niektorým poskytovateľom pastoračnej starostlivosti to ide veľmi ľahko; vstúpia do každej situácie a získajú si rýchlo potrebnú dôveru. Väčšine pracovníkov to však pôjde ťažšie. Budú musieť uplatniť poznatky o jednotlivých vekových či iných skupinách, ku

⁵ William A. Clebsch (1923 – 1984) a Charles R. Jaekle; profesori náboženských a humanitných vied na výskumne orientovanej univerzite v Stanforde (USA).

⁶ Lawrence E. Holst bol riaditeľom pastoračnej starostlivosti v luteránskej nemocnici Park Ridge III. v USA.

ktorým sprevádzaný patrí. Uplatnením typických zásad si vybudujú predpoklady na úspešné nadviazanie a budovanie vzťahu, zisťovanie, plánovanie, následné kroky, ako aj na samotné ukončenie konkrétnej pastoračnej starostlivosti o jednotlivca s jeho problémom.

J. Fowler⁷ podáva veľmi širokú definíciu pastoračnej starostlivosti. Ozrejmuje, že pastoračná starostlivosť, to sú „všetky spôsoby, ako spoločenstvo viery pod pastierskym vedením zámerne podporuje prebudenie; pomáha jednotlivým kresťanom i celej komunite v utváraní, usmerňovaní, uzdravovaní a v raste povolání; všetkých, ktorí sa nachádzajú v prítomnosti a pod mocou prenikajúceho Božieho kráľovstva“ (1987, s. 21). Je to definícia s dôrazom na premyslený zámer pastoračnej starostlivosti. Vyžaduje si prípravu. To, čo sa pri nej odohráva, musí byť založené na vopred dôkladne uváženom, naplánovanom základe.

1.1 Ježišova pastoračná starostlivosť

Ježiš sa sám označil za dobrého pastiera (Ἐγώ εἰμι ὁ ποιμὴν ὁ καλός· ὁ ποιμὴν ὁ καλὸς τὴν ψυχὴν αὐτοῦ τίθησιν ὑπὲρ τῶν προβάτων· Jn 10,11). Jeho slová aj vystupovanie a skutky svedčia o tom, že v pastorácii dobrý (Odborník/účinne sprevádzajúci) skutočne bol. Popri Jeho odbornosti treba ďalej poukázať aj na motív: pracoval na základe lásky k všetkým (išlo mu o každú „stratenú ovcu“ Lk 15,6). Silu svojej lásky dokázal obet'ou vlastného života (Jn 15,13). Výsledok práce bol vo všetkých prípadoch stopercentný. Jeho služba (θεραπεία) bola účinnou pomocou núdzným v ich potrebách (napr. Mt 14,20 a par.); službou pri dosiahnutí určitých cieľov (napr. Jn 2,1-11), nápravou duchovného blúdenia (napr. Mt 20,25-28), uzdravovaním vzťahov (napr. Mt 18,21-22). K Ježišovej pastorácii patrili aj nadprirodzené zásahy, ako okamžité uzdravenie (Mt 15,30 a i.)

⁷ James W. Fowler (1940 – 2015); americký metodista, profesor aplikovanej teológie na Emory University v USA.

alebo dokonca vzkriesenie mŕtveho (Lk 7,15). Ježišova pastoračná starostlivosť sa dá obsiahnuť tromi slovami: pomoc, služba, uzdravovanie.

V praxi to vyzeralo tak, že Ježiš „učil ako ten, kto má moc“ (Mt 7,29; Mk 1,22), neustále chodil za ľuďmi, vyhľadával ich tam, kde boli, zaujímal sa o ich potreby a konkrétne pomáhal. V jeho práci môžeme identifikovať kompetencie na pastoračiu; tie mali za následok, že sa nebál ani zložitých situácií (napr. povedal Petrovi: „Chod' za mňa, satan! Si mi na pohoršenie, lebo nemyslíš na Božie veci, ale len na ľudské.“ Mt 16,23). Z Jeho pastoračnej starostlivosti môžeme tiež vybadať dobrú vôľu a vlastnú aktivitu, pretože ľudí, ktorí potrebovali pomoc, Sám vyhľadával; napr. vstúpil do príbytku Márie a Marty (Lk 10,41), prijal pozvanie na svadbu v Káne Galilejskej (Jn 2,1-12). Okrem toho práve pre Jeho „odbornú spôsobilosť“⁸ Ho ľudia sami vyhľadávali (napr. podľa Mt 8,2 malomocný prišiel, aby bol uzdravený na tele a podľa Jn 3,1-21 Nikodém prišiel so svojím duchovným problémom).

1.2 Osobnosť pracovníka v pastoračii

Pastoračný pracovník, ktorého cieľovou skupinou sú dospelí, musí disponovať určitými kvalitami, ktoré napomáhajú druhých pochopiť seba samých a konštruktívne presmerovať svoje správanie. Početní odborníci v dobách minulých aj v súčasnosti došli k piatim kľúčovým bodom, ktoré určujú efektívnosť nápravy vzťahu. Za všetkých spomenieme T. Odena⁸ (2000, s. 7): a) starostlivé empatické načúvanie, b) kongruentné, otvorené uvedomovanie si vlastného procesu prežívania, dôvera vlastnej duši; vlastné hlboké vnútorné prežívanie, ktoré umožňuje odkryť svoje vnútro, c)

⁸ Thomas C. Oden, nar. 1931. Americký metodista, profesor teológie a etiky na Drew University, uznávaný autor viacerých často citovaných prác, medzi nimi aj práce z oblasti pastoračnej teológie.

bezpodmienečná, prijímajúca láska, d) prísne sebaspytovanie, e) humor pri pastorácii a poradenstve.

Starostlivé empatické načúvanie pastoračného pracovníka je primárnou podmienkou nato, aby sa vytvorila atmosféra vzťahu, v ktorom bude možné vstúpiť do citovej sféry druhého a zúčastniť sa v danom okamihu toho, čo sa inak deje vo vnútri a zostáva vonkajšiemu pozorovateľovi skryté. Výzve byť empatický (vcítiť sa; prežívať navodené city, podobné druhej bytosti) rozumieme na pozadí Božej empatie s nami (Jn 3,16). Pán Boh je milosrdný, ľútostivý; má súcit so svojím ľudom. Boh svoj súcit premieňa na čin. Takisto aj Boží Syn, Ježiš Kristus. Svedčí o tom množstvo správ v Písme Starého i Nového zákona. Aj prvotná cirkev očakávala, že veriacich v Trojjediného Boha (Cirkev) bude charakterizovať súcit a zľutovanie, čiže empatia (Flp 2,1). T. Oden zo spisov cirkevných otcov dokazuje, že cirkev od najstarších dôb považovala empatiu za základný predpoklad pastoračnej starostlivosti.

Zreteľné uvedomovanie si vlastného procesu prežívania umožňuje byť si vedomý toho, čo sa deje vo vlastnej vnútornej emočnej oblasti. Kongruenciu (zhodu, súhlasnosť, krytie) s vlastným citovým procesom je podľa psychológie nutné považovať za ďalšiu nevyhnutnú podmienku na vznik vzťahu, majúceho silu meniť. Pastoračný pracovník, ktorý nemá prístup k vlastným procesom svojho vnútorného života, s najväčšou pravdepodobnosťou nebude ani s dôverou prijímaný druhými. Citová otvorenosť učí vzájomnej dôvere. (Porovnaj Mt 26,38: Vtedy im Ježiš povedal: „Mojá duša je smutná až na smrť...“)

O bezpodmienečnej prijímajúcej láske v sekulárnom poradenstve písal C. Rogers⁹ (1998) a označil ju v angličtine „unconditional positive regard“. Veril, že ide o najúčinnější prostriedok uzdravenia rozličných zranení

⁹ Carl R. Rogers (1902 – 1987); americký psychológ, zakladateľ nedirektívnej psychoterapie, popredný predstaviteľ humanistickej psychológie.

vnútorného charakteru. Zostáva podmienkou, že ak má pastoračný pracovník uplatňovať bezpodmienečnú prijímajúcu lásku, musí si najskôr sám uvedomovať, že je milovaný. Boh ho má rád a majú ho radi mnohí ľudia. Boží protivník sa snaží nahovoriť svojim obetiam, že sú na svete sami; nemá ich nikto z ľudí rád a asi ani Boh nie, a tak by hľadám najlepšie bolo ani nežiť (porovnaj Jób 2,9: „Rúhaj sa Bohu a zomri.“). Naproti tomu Boh hovorí: „Miloval som ťa večnou láskou, preto som ti zachoval priazeň.“ (Jer 31,3)

Prísne sebaspytovanie je nevyhnutné, pretože nás vedie k tomu, aby sme lepšie poznali samých seba a boli schopní spoznávať a porozumieť druhým. Klasická pastoračná starostlivosť (Oden, 2000, s. 42) aj interdisciplinárny prístup (Collins¹⁰, 1989, s. 24) zhodne kladú dôraz na to, aby pastoračný pracovník v prvom rade periodicky podrobil kritickému preskúmaniu svoj vlastný život. Je veľmi dôležité, aby videl vlastnú potrebu Božej pomoci a závislosti od nekonečnej Božej milosti pre zdarný priebeh svojho časného života. Takto sa stane akosi otvorenou knihou duchovných skúseností, z ktorej môžu druhí čítať. Skutočnosť, že pastoračný pracovník osobne počíta s tým, že patrí do množiny hriešnikov (Rim 3,23) závislých od Božieho odpustenia, ho uchráni pred duchovnou pýchou a povyšovaním sa pri snahe pomáhať druhým.

Prítomnosť vhodného humoru pri pastorácii a poradenstve bola už oddávna, ako dokazuje Oden (s. 45 – 47), považovaná za dôležitú. Humor bol pri poskytovaní rôznych ponaučení a rôznej podpory vo výchove mládeže či pri riešení problémov dospelých; pri sprostredkovaní rád a duchovných inštrukcií, pokladaný za jedinečný a efektívny nástroj (porovnaj Prís 17,22: „Radostné srdce napomáha uzdravenie, no skl'účený duch vysušuje kosti.“).

¹⁰ Gary R. Collins, klinický psychológ, popredná osobnosť Americkej asociácie kresťanských poradcov.

1.3 Cirkevné spoločenstvo v pastorálnom kontexte

Ak sa máme na Cirkev pozrieť očami pastorálnej teológie, potom by sme povedali, že Cirkev je spoločenstvo ľudí, ktorí veria v Boha tak, ako nám bol zjavený vo Svätom Písme, a spájajú sa s cieľom uctievať Boha a slúžiť Mu. Služba bližným je súčasťou toho, pretože Písmo neprezentuje ľudský život ako sólovú skúsenosť (Rim 14,7), ale podľa vzoru Trojjediného Boha Otca, Syna i Ducha Svätého; troch osôb v nerozdielnej jednote, Biblia prezentuje i človeka ako jednotu dvoch osôb rozdielnych pohlaví: muža a ženu, ktorí „budú jedno telo“ (Gn 2,24). Vtedy, keď hriech víťazil, sa táto jednota narúšala a nahradzovala ju fragmentácia (Collins, 1993, s. 197). Možno súhlasiť s G. Collinsom, ktorý v pastorálnom kontexte zastáva názor, že Božím medzným cieľom je prebudovať spoločenstvo tak, že „zjednotí v Kristovi ako v hlave všetko, čo je na nebi i na Zemi“ (Ef 1,10). Jednota v Kristovi nám dáva podnet na prácu s ľuďmi individualistického veku. A hoci je každá ľudská bytosť jedinečná a žije vo svete poznačenom diverziou, predsa mal Boh vždy v pláne, že bude celé svoje stvorenstvo riadiť a ovládať. Cirkev by mala byť príkladom alebo, povedzme, predpokladom napĺňania tohto zámeru, pretože pred ukrižovaním Ježiš prosil Otca za veriacich, aby boli jedno (Jn 17,11.21-23).

Keď cirkev vstúpila do sveta, nadviazala na Ježiša a na prvotnú cirkev službou vyučovania, evanjelizáciou, svedectvom a pastierskou starostlivosťou. Hoci sa v cirkvi od počiatku profilovali ľudia so zvláštnymi darmi a darom slúžiť, predsa sa neuberala cestou diferenciácie a profesionalizácie tak, žeby sa od spoločenstva ako od celku nič nečakalo. Zbor vždy plnil podpornú funkciu, a to najmä v oblasti pastoračnej starostlivosti o jej členov a o osoby, ktoré chceli spolupracovať. Preto by sme ani dnes nemali predpokladať, že pastoračia je osobnou pastierskou starostlivosťou kazateľa, do ktorej zbor nijak nezasahuje. Opak je pravdou. Keď čítame Skutky apoštolov a epištoly, je zrejmé, že prvotná cirkev dbala o to, aby jej zbory pomáhali v uzdravovacích procesoch jednotlivcov skrze službu obdarovaných alebo na to určených jednotlivcov.

Také prostredie si želáme aj dnes. Múdry a Duchom Svätým vedený kazateľ vedome buduje sebe zverené spoločenstvo tak, aby mohlo plniť funkciu pozitívneho podporného prostredia pre pastoračiu. Cirkevné spoločenstvo; zbory nesú v sebe veľký potenciál, ktorý pri správnom nasmerovaní môže predstavovať pre ľudí aj v strednom veku šancu, aká inde nie je. Z vlastnej skúsenosti však vieme, ako často sa stretávame s tým, že cirkevné spoločenstvo je iné. Pastoračné procesy nielenže nepodporuje, ale občas dokonca aj marí, a je skôr spoločenstvom zraňujúcim. Miestom konfliktov. Namiesto dobrého slova (nezabúdajme, že evanjelium je *dobré slovo, dobrá správa!*) zaznievajú slová nemiestne; slová nekonštruktívnej kritiky, niekedy aj výslovné ohováranie neprítomných. Kriticismus v zboroch má deštruktívny charakter; všetko ničí a má dopady nielen na pastoračiu, ale aj na celkovú duchovnú úroveň a na rozvoj zboru. Nejednen zbor sa v takom duchovnom marazme zmieta dokonca aj roky. Kandidáti na kazateľskú službu sa mu vyhýbajú, pretože si myslia, že sa s tým snád' ani nedá nič urobiť.

Konflikty v zbore sú skutočne šikmou, veľmi klzkou plochou. Ak sa objaví konflikt, Sande¹¹ (2005, s. 22) poukazuje, že v rôznych situáciách sa v rozmanitých podobách prejavia tri druhy odozvy, a to:

- únik (popieranie, samovražda),
- útok (napadnutie, spor, vražda),
- úsilie o pokoj (obchádzanie konfliktu, zmierenie, vyjednávanie, sprostredkovanie, arbitráž, zodpovednosť).

Keďže konflikty možno riešiť a možno im aj predchádzať, majú popri svojej tragickej tvári tiež rysy určitých príležitostí; ako osláviť Boha, slúžiť druhým a dorastať do podoby Krista (Ef 4,15). Písmo ukazuje, že pri týchto

¹¹ Ken Sande, pôvodne strojný inžinier, sa dlhodobo venuje výskumu budovania vzťahov, manažmentu konfliktov a kreatívnemu riešeniu problémov.

príležitostiach je možné osvedčiť svoju vernosť Bohu, milosrdenstvo blížnym a sám konať spravodlivo (Mich 8,6; Mt 23,23).

Aj pri náprave konfliktných záležitostí v zbore je najdôležitejší vnútorný stav služobníka. Mal by si klásť kontrolné otázky, ktoré mu pomôžu uplatňovať spomínané biblické princípy. Sande (2005, s. 41) uvádza nasledujúce:

- Urob si krátky prehľad toho, ako nedorozumeniu rozumieš. Udalosti si zorad', pokiaľ možno chronologicky. Popíš, čo si už pre vyriešenie konfliktu urobil.
- Pomocou ktorej odozvy si sa snažil konflikt riešiť? Tvoje riešenie zlepšilo a či zhoršilo celú situáciu?
- Čo bolo tvojím hlavným cieľom, keď si sa pokúšal konflikt vyriešiť?
- Ako riešenie konfliktu prispelo na tvoje oslávenie Boha? Čo by si konkrétne v tejto situácii mohol ešte urobiť, aby si sa Bohu páčil a vzdal Mu česť, chválil Ježiša a ukázal, že ťa spasil a mení?
- Ako by si mohol poslúžiť iným cez tento konflikt?
- Ako by si mohol rásť do Kristovej podoby cez tento konflikt?
- Na čie vedenie si sa spolíhal v tejto situácii: na svoje pocity a osobné názory na to, čo je správne, alebo na starostlivé štúdium a aplikáciu toho, čo učí Biblia? Na čo sa budeš spoliehať v budúcnosti?
- S čím teraz najviac zápasíš (napr. s útokmi odporcu, ovládaním vlastného jazyka, so strachom z toho, čo príde, s nedostatkom podpory druhých)?
- Ako by si mohol poskytnúť tie zdroje, ktoré dáva Boh (Biblia, Duch Svätý, ďalší kresťania), aby v týchto zápasoch došlo k zmieru?
- Keby mal Boh vyhodnotiť tento konflikt, ako by podľa teba mal dokončiť nasledujúce vety: „Teší ma, že si ne...“/„Teší ma, že si...“?
- Zaznamenaj si, čo ťa Pán touto lekciami naučil, formou písomnej modlitby.

Máme zodpovednosť za vieru aj za život blížneho. Touto prácou nás poveruje Boh. Ale najskôr musí počuť naše: „Hľa, tu som, pošli mňa!“ Preto ak má kazateľ úprimnú snahu mať svoj zbor ako uzdravujúce spoločenstvo, ktoré podporuje osobnú pastoračnú starostlivosť, stále na sebe pracuje a nechá na sebe pracovať najmä Božieho Ducha. Ak má potešovať druhých, potrebuje mať skúsenosť s Utešiteľom (Duch Svätý je aj παράκλητος = Utešiteľ, porovnaj Jn 14,26). Možnosť úplnej slobody rozhodnutia pre život z viery a pre druhých prichádza len ako dar od Boha prostredníctvom Ducha Pánovho (2Kor 3,17).

Hoci sa kresťanská pastoračia v mnohom učí z vedeckých poznatkov psychológie, skutočné splnomocnenie prichádza zhora. Ak prichádza na kazateľa aj na veriacich v spoločenstve táto moc *extra nobis*, aj v dnešnej dobe má spoločenstvo kresťanov šancu poskytovať ostrov nádeje na podporu uzdravenia z najrôznejších neuróz, depresí. Nemusí si ďalej nieť obraz nudného, nepotrebného spoločenstva, ale môže účinne slúžiť „človeku zajtrajška“ s jeho atribútmi, ako ich popísal C. Rogers (*vnímavosť, snaha o dôveryhodnosť, skepsa s obľadom na vedu a technológiu, túžba po úplnosti, pranie dôverných vzťahov, vízia ľudí vývoja nachádzajúcich autoritu vo vnútri, starostlivosť, vzťah k prírode, zameranie proti inštitúciám, bezvýznamnosť materiálnych vecí, túžba po spiritualite* – s. 287n). Autentické, intenzívne spoločenstvo zboru ako priestor, v ktorom ľudia môžu prekonať odcudzenie, koniec koncov požadoval už v šesťdesiatych rokoch minulého storočia J. C. Hoekendijk¹² (Brož, 1974, s. 127). Zbory, ktoré túto výzvu prijali, sú dnes v oblasti pastoraácie najlepším podporným prostredím.

1.4 Nouthetické pastoraálne poradenstvo

Nouthetické pastoraálne poradenstvo (gr. νουθετέω = napomínať) je jedna z foriem evanjelikálneho pastoračného poradenstva, ktorého výrazným

¹² Johannes Ch. Hoekendijk (1912 – 1975); holandský reformovaný teológ, misiológ.

predstaviteľom je J. Adams¹³. Zámerom tohto poradenstva je uchovať výlučne biblický základ a sústrediť sa iba na Krista. Nouthetické pastoračné poradenstvo neprijíma psychológiu ani psychiatriu, lebo ich pokladá za humanistické, radikálne sekulárne vedy. Nevidí možnosť vnímať ich ako komplementárne disciplíny k teológii, domnieva sa, že sú protikladné voči kresťanstvu. Odborná teologická verejnosť prijíma takto poňaté pastoračné sprevádzanie často protikladne.

Pre tento druh pastoračného poradenstva je typické, že sa snaží za každým pastoračným prípadom odhaliť konkrétny hriech. Bibliu prijíma ako knihu všetkých kresťanov so široko akceptovanou autoritou. Vychádza z presvedčenia, že v pastoračnej starostlivosti o kresťanov a pri pastoračnej pomoci treba riešiť jednotlivé prípady pomocou biblických veršikov a v zmysle biblických paradigiem.

V tomto zmysle odporúča sprevádzajúcim vytvárať si zoznamy biblických odkazov, z ktorých budú pri pastoračii vychádzať. Uvedieme zopár tém, ktoré môže pastoračný pracovník v Biblii nájsť a pri sprevádzaní využívať:

Buď súcitný, láskavý a milujúci (Ga 5,22; Ef 4,32; Kol 3,12; 1Pt 3,8/4,8; 1Jn 3,11), jemný a taktný (Ga 5,23; Ef 4,2; Kol 3,12; 1Tim 3,3; Tít 1,8/3,2; 1Pt 3,4), pokorný, krotký (Mt 5,3-5; Jn 13,34; Ef 4,2; Kol 3,12; 1Pt 3,8/5,5), štedrý, ochotný dávať (Mt 5,42/10,42/25,35-36/42-43; Mk 12,41-44; Rim 12,8/13,1; 1Pt 4,9; 1Jn 3,17), pohostinný (Rim 12,13; Heb 13,2; 1Pt 4,9; 1Tim 3,2) a ochotný preukázať milosrdenstvo (Mt 5,7/18,33; Lk 6,36; Rim 12,8; Jk 2,13/3,17). Buď nástrojom pokoja, hľadaj život v pokoji so všetkými (Mt 5,4; Rim 12,18; Ga 5,22; 1Tes 5,13; 1Pt 3,8; 2Pt 3,14; Jk 3,17), buď trpezlivý aj vtedy, keď ťa provokujú (1Kor 13,4-5.7; Ga 5,22; Ef 4,2; Kol 3,12; 1Tes 5,14; 2Tim 2,24), spokojný s tým, čo máš (2Kor 12,10; Flp 4,11; 1Tim 6,6-8; Heb 13,5), pevný, nepodlomiteľný a neochvejný vo viere

¹³ Jay E. Adams, nar. 1929, napísal vyše 100 kníh, založil svoj vlastný Inštitút nouthetických štúdií.

(Mt 14,29-31; 1Kor 15,58; Jk 1,6-8). Opakovane odpúšťaj (Mt 6,14/18,21-22; Kol 3,13); povzbudzuj, posúvaj druhých (Ef 4,29/6,22; 1Tes 4,18/5,11.14; Heb 3,13/10,25), buď pravdivý: hovor pravdu v láske (2Tím 2,15; 1Pt 2,15/3,15-16; Ef 4,15; 2Kor 6,7), modli sa; a to aj za tých, ktorí spôsobujú bolesť (Mt 5,44; Lk 6,28).

Nebud' pyšný, arogantný (Rim 12,16; 1Kor 13,4; 2Tím 3,1-2.4; Júd 16), hnevlivý ani výbušný (Mt 5,22; Ga 5,20.23; Kol 3,8; 1Tím 3,2; Tít 1,7; Jk 1,19-20), sebecký (Jn 3,14.16; Rim 12,10/15,1-3; 1Kor 10,33; Flp 2,3; 2Pt 2,3; Júd 12). Nebud' na pohoršenie (1Kor 10,32; 2Kor 6,3), nedeonestuj druhých nevhodnými alebo prázdnyimi slovami (Mt 5,22/12,36; Kol 3,8; Jk 5,12) atď.

1.5 Motív súdu a Božieho kráľovstva pri pastorácii

Ak sa človek dostáva do problémov, Biblia (Boh) mu rozumie a jej (Jeho) cieľom nie je človeka zastrašiť, ale napomôcť ho prinavrátiť sa do stavu zdravého a užitočného vzťahu s Bohom aj s ľuďmi. Biblia nezostáva pri apelatívnej rétorike hrozby za previnenia. Aj veriaci človek sa môže ocitnúť v okolnostiach, ktoré ho privedú k neposlušnosti, k vzbuze voči Bohu; môže sa odkloniť od služby Bohu a prikloniť k modlárstvu (Jer 13,10). Môže sa stať, že z rôznych príčin začne pohrdat' Božími nárokmi, pravidlami, zásadami a plánmi. Biblické posolstvo v takýchto prípadoch svedčí o súde, ktorému sa však možno vyhnúť. Jediným východiskom je zanechať stav zlorečenia a súdu (Dt 28,14-68; Ž 97,7). Starozákonné spisy, ale aj sám Boží Syn Ježiš nabádajú ľudí, aby sa spamätali, poučili z konania biblických postáv a zobrali si príklad z Boha a Jeho inkarnovaného Syna.

Motív blízkeho Božieho kráľovstva so spravodlivosťou a láskou je mocnejší než všetky hrozby súdu a pekla. Pre pastoračnú starostlivosť je to paradigma, ktorú treba rešpektovať a podľa nej postupovať pri riešení konkrétnych prípadov; tie si však v jednotlivostiach vyžadujú aj odborné znalosti z iných ako teologických odborov. Takými dôležitými pastoračnými výzvami sú najmä životné medzníky, ako napr.:

smrť životného partnera, smrť dieťaťa, odlúčenie manželov, rozvod, uväznenie, smrť blízkeho člena rodiny, zranenie alebo choroba, uzavretie manželstva, výpoveď z práce, zmierenie manželov, odchod do dôchodku, ochorenie člena rodiny, tehotenstvo, ťažkosti v sexuálnom živote, prírastok do rodiny, prispôsobovanie sa v novom zamestnaní, začiatok pracovného života partnera, zmena vo finančnom postavení, smrť blízkeho priateľa, hypotéka alebo iná pôžička, odchod syna alebo dcéry z domova, ťažkosti s príbuznými zo strany partnera, vynikajúci výsledok, začiatok alebo završenie štúdia, resp. školských povinností (detí), zmena životných podmienok, úprava osobných zvyklostí, spôsobov, ťažkosti vyvolané stratou, zmena pracovného času, zmena bydliska, zmena školy, zmena zabehaného spôsobu odpočinku, zmena sociálnych aktivít, zmena spánkového režimu, prázdniny, veľkonočné sviatky, vianočné obdobie, menšie porušenie zákona, zmena pracovných povinností.

H. E. Fox¹⁴ a G. E. Morris (2002, s. 74) vidia pri pastoračnej pomoci zároveň šancu doviest' ľudí, ktorí sa odcudzili Bohu, k rozhodnutiu, že sa vrátia a nanovo prijímú Ježiša. I keď to nie je výlučným cieľom pastoračnej starostlivosti, v určitých konkrétnych prípadoch môžu byť kritické životné momenty Božím *kairom*; teda časom milostivého navštívenia Duchom Svätým a rukou podanou na osobné prijatie evanjelia a spásy skrze Ježiša Krista. Prijatím daru spásy sa pre nás Božie kráľovstvo stáva niečím, čo prežívame; čo je medzi nami (Lk 17,21). Prijaté a prežívané hodnoty Božieho kráľovstva majú terapeutický dosah.

1.6 Modlitba a pastoračná starostlivosť

Popri čítaní Písma svätého používame v praktickom kresťanskom živote na komunikáciu s Bohom predovšetkým modlitbu. Prvý list Tesaloničanom

¹⁴ H. Eddie Fox; americký metodista zaoberajúci sa evanjelizáciou vo svetovom meradle. Aktívne pôsobil aj v strednej a východnej Európe vrátane Slovenska. George E. Morris; profesor evanjelizácie na Emory University v USA.

(5,17) odporúča, aby sme sa ‚neprestajne‘ modlili. Neprestajne sa modlíme tým, že naše myšlienky a otázky pri rozhodovaní sústreďujeme na Boha, ktorý sa nám zjavil v Pánovi Ježišovi Kristovi. Modlíme sa však tiež cielene; pri rôznych príležitostiach: **chválime** Pána za milosť, ktorú sme dostali (za pokánie, znovuzrodenie, za život z viery, za lásku, nádej a mnoho iných vecí); **ďakujeme** za odpočinok noci, za pokrm, úspech v práci, za Božiu ochranu atď.; **vyznávame** svoju závislosť na Pánovi, nedostatok vlastných síl a porušenie vernosti Bohu, rôzne zlyhania a pod.; **prosíme** o novú milosť pre život, o obnovenie lásky k Bohu a blížnym, o bežné i mimoriadne veci prispievajúce k celkovej pohode; o zdravie, silu, manželské porozumenie, silu v službe núdznym, o dary Ducha Svätého atď.

Vieme, že modlitba je fenomén, ktorý je všeludský, a nie výlučne kresťanský. O možnosti modliť sa vie prakticky celé ľudstvo, ale pre väčšinu ľudí modlitba nie je samozrejmovou súčasťou života. Dokonca ani pre mnohých kresťanov nie, hoci existuje množstvo odbornej i populárnej literatúry o význame modlitby pri riešení rôznych druhov problémov, napr. pri abstinenčných príznakoch alkoholikov alebo pri psychosomatických a iných ochoreniach.

V tomto kontexte sa predovšetkým pýtame, ako by mal s modlitbou narábať kresťan, ktorý sa venuje pastoračnej starostlivosti, či už ako ordinovaný duchovný, alebo ako poverený pastoračný pracovník, kresťanský psychológ a pod.

Neoddeliteľnou súčasťou práce kresťanského pracovníka je osobná modlitebná príprava na pastoračné sprevádzanie alebo na nejaký kresťanský poradenský výkon. Odporúčame nikdy nepristupovať k riešeniu čo i len zdanlivo jednoduchého prípadu bez modlitby za sprevádzaného; za jeho prístup a za spoluprácu, ktorá je nevyhnutným predpokladom úspešnosti kresťanskej pastoračnej činnosti. Na základe modlitieb mimo stretnutia môže dôjsť aj k zmene postojov a predpokladov na riešenie prípadu. Boh otvára oči pre nové – pre Jeho – riešenia tam, kde nám duchovný zrak zastiera pýcha, profesionalita, predsudky alebo negatívne pocity a pod.

Americké prieskumy v profesionálnom kresťanskom poradenstve ukázali, že modlitba je bežnou, ale nie rutinnou záležitosťou kresťanského poradcu. Závisí od profesijno-teoretickej orientácie poradcu a od diagnózy sprevádzaného. Aj u tých, ktorí modlitbu považujú za dôležitú, sa názory na jej aplikáciu rôznia a iba 30 % odborníkov z Kresťanskej asociácie psychologických štúdií uviedlo, že sa na stretnutiach so sprevádzanými modlí. Títo odborníci tvrdia, že ich k tomu vedie túžba povzbudiť sprevádzaného v jeho duchovnom živote, snaha ujasniť si perspektívy, uviesť sprevádzaného do hlbšieho vzťahu s pravdou, modelovať zdravé interpersonálne vzťahy atď. (M. R. McMinn¹⁵, 1996).

Tu si treba ujasniť, že modlitba je predovšetkým komunikáciou s Bohom. Modlitba sama nie je liekom. Je to až Duch Svätý, prítomný a pôsobiaci Boh, ktorý sa v milosti Mu vlastnej prizná a vyslyší volanie. Doteraz existuje málo serióznych, publikovaných výsledkov z prieskumov v oblasti hlasitej modlitby počas pastorácie. I keď nemožno nebrať do úvahy množstvo osobných svedectiev ľudí, ktorí boli skrze modlitbu vyslobodení z rôznych ťažkých závislostí, osobnostných problémov, kríz a rôznych iných chorobných stavov; predsa ich však nemožno jednoducho zovšeobecniť. Subjektívne skúsenosti s Božou mocou nemusia byť vhodným riešením pre druhého, ktorý žije v úplne rozdielnom osobnom prostredí, s inou osobnou históriou a odlišným životom viery.

Modlitba má však ešte iné – a to pevné – miesto v pastoračnej praxi. Mnohí pastorační pracovníci sa počas výkonu pastorácie modlia nahlas bez priamej účasti sprevádzaného. Niektorí kladú dôraz na modlitbu v mysli počas chvíľ ticha pri stretnutí so sprevádzaným. Dáva im to väčšiu sústredenosť na daný prípad a súčasne poskytuje akúsi ochranu pri tejto náročnej a stresujúcej práci.

¹⁵ Mark R. McMinn je profesorom psychológie na George Fox University v USA.

Modlitba je pre kresťanského pastoračného pracovníka kľúčovým elementom pri obnove a zachovávaní duchovného a duševného zdravia. Musí byť však rýdza a bez postranných úmyslov. Možno ju totiž aj zneužiť. Nie náhodou nás Pán varoval: „Keď sa modlíte, nebuďte ako pokrytci. Tí pri modlitbe radi stoja v synagógach a na rohoch námestí, aby urobili na ľudí dojem. Amen, hovorím vám: Už majú svoju odmenu.“ (Mt 6,5) Kedy je teda aplikovanie modlitby celkom legitímne a bez ohrozenia nejakými negatívami?

Zdá sa, že minimálne v dvoch prípadoch je modlitba celkom jednoznačne pozitívom bez nebezpečenstva naznačeného Ježišom: 1. prípravná a podporujúca modlitba pred výkonom pastoračnej starostlivosti v súkromí sprevádzajúceho a 2. tichá modlitba sprevádzajúceho počas stretnutia s človekom, ktorý prišiel s problémom, avšak s podmienkou, že modlitba nesmie narušiť schopnosť sústrediť sa na to, o čom je reč.

Pastoračné vedenie sprevádzaného k tomu, aby sa hlasito modlil počas stretnutia, skrýva v sebe niektoré nástrahy. Na ich prekonanie treba sprevádzaného dôkladne počúvať a z prípadu na prípad stanoviť vhodnosť takého postupu. Slúžia na to zisťovacie sebaskúmajúce otázky sprevádzajúceho, ako napr.: a) Pomôže hlasitá modlitba, aby sprevádzaný dospel k zdravej sebareflexii? b) Vytvorí aj v tomto konkrétnom prípade zdravé vedomie závislosti od Boha? c) Pomôže vytvoriť uzdravujúci vzťah?

O našom úmysle zaviesť modlitbu je potrebné zreteľne informovať sprevádzaného a vypýtať si jeho súhlas. Dôkladná komunikácia so sprevádzaným človekom zabráni nepríjemným prekvapeniam, ba aj sklamaniam z nekresťanských, resp. falošných očakávaní, alebo z iných subjektívnych záležitostí vzhľadom na individuálne porozumenie významu modlitby.

V súvislosti s týmto odsekom dodávame, že si treba uvedomovať rozdiel medzi pastoračným poradenstvom a duchovným vedením. Aj keď spolu bytostne súvisia, predsa treba zdôrazniť, že poradiť sa prichádza človek

s konkrétnym problémom, ktorý treba riešiť. Cieľom pastorálneho poradenstva je jeho opätovné prinavrátenie do stavu akejsi „kresťanskej normálnosti“ podľa „normy Písma“, ako tomu rozumieme v aktuálnych pomeroch nášho času a priestoru. Duchovné vedenie je inou záležitosťou. Poverená osoba vedie kresťanov do duchovne dokonalejšieho stavu (Mt 5,48); to znamená do každodenného života vyššej kvality s Bohom. Tá sa odvíja od lásky k jedinému Bohu (Dt 6,5) a skrze Krista ku každému človeku, lebo milujúci Boh, ku ktorému sa približujeme, nerobí vo vzťahu lásky nijaký rozdiel (Mt 5,45: „... aby ste boli synmi svojho Otca v nebesiach. Lebo on dáva vychádzať slnku nad zlými aj nad dobrými a zosiela dážď na spravodlivých aj nespravodlivých.“). Toto dokonalým spôsobom spečatila golgotská udalosť ukrižovania Ježiša Krista ako univerzálnej obety za všetkých. Ide vlastne o vedenie kresťanov k posvätenému životu.¹⁶

Ku kresťanskému posvätenému životu prináleží aj využívanie prostriedkov milosti. V pastorácii sa neraz stretávame s odchyľovaním sa veriacich od Božích prikázaní, s ich zanedbávaním. Prorocký hlas Malachiáša vyzýva na pravú zbožnosť; na návrat k Hospodinovi ako jediný spôsob možného urovnania vzťahu s Bohom a s ľuďmi (Mal 3,6-12). Spreádzajúci má všeobecnú úlohu pomáhať blúdiacim nájsť priamu cestu k Bohu a opustiť spôsoby, ktoré prorok označil ako „okrádanie Boha“.

Slová alebo úkony, ktoré Boh ustanovil, „aby boli riadnymi kanálmi, cez ktoré by Boh udeľoval predbežnú, ospravedlňujúcu alebo posväcujúcu milosť“, nazývame *prostriedky milosti*. Medzi ne Wesley zaradil nasledujúce: *modlitba* (súkromná alebo v zhromaždení), *skúmanie Písma svätého* (čítanie, počúvanie alebo meditovanie), *prijímanie Večere Pánovej*. Avšak, ako aj Wesley zdôrazňuje, „ak sú používané len ako náhrada skutočnej zbožnosti, ktorej majú slúžiť, je ťažké nájsť slová pre hrozné bláznovstvo a zvrátenosť, ktoré obracajú Božie zbrane proti Bohu samotnému a vyhánajú kresťanstvo zo srdca tými istými prostriedkami, ktoré boli ustanovené nato, aby ich doň

¹⁶ Stručný sumár postupnosti takéhoto vedenia podal na príklade Wesleyho evanjelizačnej práce KRIVOHLAVÝ, Jaro, 1997. *Sdílení naděje*. Praha: Návrat domů, s. 74 – 76.

vnášali“ (Wesley, 1995, s. 77nn.). Ak niekto oddelí prostriedky milosti od Božieho Ducha Svätého, nepovedú k duchovnej náprave a nebudú slúžiť rozvoju posväteného života.¹⁷

1.7 Konkrétne úlohy

Rozvoj posväteného života pri sprevádzaní veriacich ukladá pastorálnym pracovníkom konkrétne úlohy. Smerovanie činnosti poskytovateľa pastoračnej starostlivosti je dané hľadaním správneho uvedomenia si seba, uzdravujúcich vzťahov a správneho zhodnotenia vecí, ktoré v živote človeka prichádzajú. Duchovné zdravie napráva i vzťah k Bohu a prispieva k obnove vedomia vlastnej zodpovednosti pred Bohom. Skúsenosť tohto typu uzdravenia sa môže premeniť na pneumatickú skúsenosť milosti a nádeje uprostred zložitosti životných zápasov.

Táto skúsenosť zvykne posilniť človeka vo zvýšenom evanjelizačnom snažení deliť sa o nádej v Ježišovi Kristovi na verbálnej i vzťahovej úrovni. Prispieva k hodnovernejšiemu svedectvu cirkvi. Preto je osobná práca s ľuďmi neoddeliteľnou súčasťou práce všetkých duchovných pracovníkov, ktorí berú vážne a zodpovedne pred Bohom svoje *vocatio interna* et *externa*. Informovaná práca s ľuďmi sa pastoračnému pracovníkovi odmení tým, že nikdy nevystúpi z procesu sebapoznávania a prehodnocovania svojho života, svojich prístupov a názorov.

1.8 Rozdiely medzi pohlaviami

V službe sprevádzania sa dostávame ku skutočnosti, že sme muži a ženy a existujú medzi nami rozdiely, ktoré treba mať pri pastoračnom sprevádzaní

¹⁷ Konkrétosti Wesleyho pastoračnej starostlivosti v českom jazyku uvádza SCHNEEBERGER, Vilém, 2000. *Všechno podle řádu*. Praha: ECM, s. 54 – 55.

na zreteli. Vo všeobecnosti sa predpokladá, že odlišnosti existujú najmä v našich sklonoch; v tom, aké sme osobnosti a aké máme záujmy.

Tradične sa očakáva, že zo stránky dispozícií je muž mechanikom; žena má skôr sklony varit', šit', starať sa o deti a pod.

Čo sa týka osobnostnej stránky, zvykne sa poukazovať na to, že žena má tendenciu byť viac emocionálna a menej agresívna než muž.

Pokiaľ ide o záujmy, muži vraj preferujú skôr činnosti, ako napr. poľovníctvo, rybačku a rôzne športy, kým ženy sa zaujímajú o domov, módu a spoločenské udalosti.

J. Whittaker¹⁸ však poukazuje na výskumy v tejto oblasti, ktoré preukázali, že v skutočnosti existuje značné prekryvanie všetkých týchto oblastí. To je iste dôležitý poznatok pre pastoračné sprevádzanie. Nemali by sme byť prekvapení, ak sa záujmy a sklony mužov a žien prelínajú, napr. ak je žena vodičkou ťažkého nákladného auta a muž štrikuje sveter.

Navyše si treba uvedomiť, že biologický a psychosexuálny vývoj ľudských bytostí je procesom neustálych zmien. V období od počatia do chvíle krátko po pôrode hrajú najvýznamnejšiu úlohu biologické a fyzické determinanty procesu telesného rastu. No veľmi skoro k nim pristupuje vplyv socializácie, rodiny a kultúry prostredia. K určitej relatívnej fixácii psychosexuality dochádza až v dospelosti. No i v tomto období nastáva množstvo zmien v procese vývoja našich sexuálnych hodnôt, stavu viery, životných očakávaní, nového vzdelania a vôbec toho, čo od života čakáme. Tento proces je celoživotný.

¹⁸ WHITTAKER, James O., 1966. *Introduction to Psychology*. Philadelphia-London.

Všeobecne rozšíreným mýtom je, že muž a žena v podstate rovnako prežívajú sex. Radosť zo sexu, ako ukázali vo svojich prácach viacerí výskumníci, je odlišná v tom, že žena nevie tak ľahko oddeliť lásku od telesného prežívania styku. Tzv. príležitostný sex zanecháva u väčšiny žien pocity smútku a nenaplnenia. Sexuálny styk má pre ženu hlboký význam. Môže to pre ňu tiež znamenať počiatok nového života. Fyzický akt je pre ženu súčasne aj psychickým zážitkom. Klamstvo o sexuálnej rovnosti doviedlo ženy k promiskuite; k odlúčeniu sexu od ich tela a duše.

Zrejmý rozdiel možno badať už v reakciách. Medzi ženami je oveľa väčšia diferencovanosť v stupni sexuálnej odozvy. Asi 10 % žien nikdy nedosiahne orgazmus pred tridsiatkou až štyridsiatkou. Medzi mužmi je niečo také, naopak, veľmi zriedkavé. Na druhej strane ženy majú v danej časovej perióde orgazmus oveľa častejšie ako muži.

Vrchol sexuálnych potrieb dosahujú muži a ženy v odlišných vekových obdobiach. Tento vrchol priemerný počet mužov dosahuje vo veku okolo dvadsať rokov, kým u žien je to v rozpätí 30 – 35 rokov. Avšak z týchto výskumných údajov existuje veľa výnimiek, lebo v tejto oblasti sa významne uplatňuje individualita (Masters, Johnson a Kolodny¹⁹).

Rozdiel jestvuje aj v tom, čo sexuálne stimuluje muža a čo ženu. Psychologické diferenciácie medzi pohlaviami sú značné. Veľké množstvo mužov je napr. stimulovaných nahotou alebo erotickými motívmi v literatúre, kým ženy sa ľahšie stimulujú romantickými filmami

¹⁹ Výskumný tím, William H. Masters a Virginia E. Johnson, bádali v oblasti otázok podstaty ľudskej sexuálnej odozvy, stanovil diagnózy a liečbu sexuálnych porúch a dysfunkcií v rokoch 1955 – 1990. Opierame sa o prácu MASTERS, W. H. – JOHNSON, V. E. – KOLODNY, R. C., 1988. *Masters and Johnson on Sex and Human Loving*. Little, Brown and Company.

a romantickou literatúrou. Sexuálne predstavy sa častejšie vyskytujú u mužov. Tieto rozdiely sa pripisujú sčasti fyziológii ženy a súvisia s jej mesačným cyklom.

V pastoračnej starostlivosti niekedy prichádzajú do úvahy aj tieto otázky. Manželské nezhody sa totiž často pripisujú na vrub sexuálnemu styku a jeho frekvencii. Niektorí neinformovaní mladí ľudia majú predstavu, že sexuálny styk u starších manželov už neexistuje alebo nehrá nijakú úlohu. Na to vplýva rad faktorov, ako napr. zdravotný stav, náboženské otázky a pod., ale treba vedieť, čo ukázali výskumy v tejto oblasti:

Sexuálne aktivity sprevádzajú manželské súžitie do vysokého veku. Kinseyho inštitút²⁰ podal správu, že priemerný manželský pár vo veku okolo 20 rokov má sex 2,7-krát za týždeň, vo veku 30 rokov 2,2-krát za týždeň, vo veku 40 rokov asi 1,5-krát za týždeň. Vo veku 60 rokov asi 0,6-krát za týždeň. Pritom až na výnimky má väčšina žien potrebu sexu zriedkavejšie než ich manželia. Treba však zdôrazniť, že frekvencia sexuálneho styku manželov nie je taká dôležitá ako frekvencia vzájomného odmietania a spôsob, akým sa odmietnutie uskutočnilo.

1.9 Homosexualita²¹

Homosexualita sa dá definovať ako sexuálna potreba, túžba alebo náklonnosť k osobám toho istého pohlavia.

²⁰ The Kinsey Institute na Indiana University sa výskumne zaoberá otázkami sexuálneho zdravia a poznania. Vyše 60 rokov (založený 1947) je zdrojom spoľahlivých informácií o kľúčových otázkach sexu, o pohlaviach a reprodukcií.
<http://www.kinseyinstitute.org/resources/abtsexology.html> (2016-02-08)

²¹ Pre anglicky čítajúcich uvádzame niektoré odborné anglické knihy k otázkam homosexuality, spravidla sú dostupné via internet: RUITENBEEK, H. M., 1963. *The Problem of Homosexuality in Modern Society*; MARMOR J., 1980. *Homosexual Behavior* ;

Vo väčšine kresťanských denominácií v súčasnosti prebieha vážna konfrontácia medzi tradičným negatívnym postojom cirkvi k homosexuálnym aktivitám a tlaku určitej časti spoločnosti. Široká debata je zameraná na práva homosexuálov v spoločnosti a v cirkvi. Pre cirkevnú pastoraáciu je dôležité odpovedať na otázku, ako môže cirkev slúžiť osobám nakloneným rovnakému pohlaviu. Iná je potom aj diskusia k otázke ordinácie homosexuálov.

Pastoračná starostlivosť o týchto ľudí sa obracia nielen k výsledkom súčasného vedeckého bádania, ale predovšetkým do Biblie. V príbehu o zničení Sodomy a Gomory je scéna zneužitia Božích vyslancov (Gn 19). Biblická veda nás dnes upozorňuje, že pokiaľ nachádzame iné autentické odkazy na homosexuálne správanie ľudí v Biblii, sú referenciami o praxi homosexuálnej kultovej prostitúcie. Stvorenie a zmluvný vzťah Boha a človeka a vlastne celý Boží Zákon vyzdvihuje zriadenie manželstva a rodiny. Ako píše P. Tománek (2013, s. 101): „... homosexualita sa nechápe ako Boží úmysel s človekom v pláne stvorenia. Z tohto dôvodu nemožno ani partnerské vzťahy medzi homosexuálnymi jednotlivcami uznať za rovnocenné, či ani porovnateľné s manželským zväzkom medzi mužom a ženou. V prípade homosexuality ide o následok nepriaznivých príčin alebo zavinených či nezavinených životných okolností.“ M. Kašparů ako psychiater a kňaz pripomína, že problémov, ktoré súvisia s homosexualitou, existuje veľmi veľa a nie je možné o nich iba stručne poučovať. „Nejde len o telesný, sexuálny záujem, ale vyskytujú sa tu aj iné náležitosti vzájomného vzťahu: zaľúbenie, žiarlivosť, túžba spoločne bývať

WEINBERG, M. S. and WILLIAMS, C. J., 1974. *Male Homosexuals*; BELL, A. P. and Weinberg, M. S., 1978. *Homosexualities*; MASTERS, W. H. and JOHNSON, V. E., 1979. *Homosexuality in Perspective*; BELL, A. P. et al., 1981. *Sexual Preference*; HOFFMAN, M. 1969. *The Gay World*; TRIPP, C. A., 1975. *The Homosexual Matrix*.

a hospodáriť. Výskyt homosexuality sa v populácii odhaduje u mužov na 4 % a u žien (lesbizmus) na necelé 1 %.“ (2002, s. 125)

V pastoračnej starostlivosti nám ide o to, aby sme druhému pomáhali žiť plný život v Božej blízkosti. Cieľom môže byť vymaniť sa z homosexuálnej orientácie, alebo pomôcť takto postihnutému človeku pri hľadaní integrovaného a zrelo aktualizovaného postoja k svojmu problému. Zrelý pastoračný prístup berie do úvahy, že homosexuálne orientovaný jedinec sa stretáva v spoločnosti (i kresťanskej cirkvi) pravidelnejšie s odsudzovaním ako iní ľudia. V súvislosti s tým je potrebné riešiť viaceré etické otázky. V rámci pastoraácie chceme ľudí viesť k biblicky hodnotnému ľudskému životu. Preto by sme mali vziať do úvahy nasledujúce skutočnosti:

- Homosexuálne osoby sú pre nás v pastoračnej perspektíve rovnako dôležité ako heterosexuálne a rovnako si zasluhujú našu pozornosť. Pán Ježiš neprišiel iba „pre dobrých cirkevníkov“, ale Jeho obeta na kríži dáva perspektívu nového života všetkým ľuďom bez rozdielu. Teológia Božieho milostivého a láskyplného vzťahu k hriešnikom má svoje pevné zakotvenie v Novom zákone (Mt 9,13; Mk 2,17; Lk 5,32; Rim 1,17; Ga 3,17; Heb 10,38; 1Pt 3,18 atď.).
- Niektorí homosexuálne orientovaní ľudia prežívajú krízu osobnosti s komplexom menejcennosti. Necitlivý prístup môže znamenať nielen zmarenie poradenského procesu, ale aj zablokovanie vzťahu k Záchrancovi Kristovi. To nám nemôže byť ľahostajné, lebo naša úloha je viesť všetkých k večnému životu a k nadčasovým hodnotám, ktoré dávajú naozajstnú kvalitu každému ľudskému životu. „Rieky živej vody potečú zvnútra toho, kto verí vo mňa.“ (Jn 7,38)
- Niektorí z nich trpia pocitmi osamelosti. Pretože spoločnosť i cirkev majú na nich veľmi vyhranený názor, dostávajú sa do vonkajšej a často následne i do vnútornej izolácie. Svoje problémy nemajú s kým riešiť. Pastoračná úloha je naliehavá, keďže kresťanská pastoraácia považuje homosexuálne praktiky za nevhodné, hriešne. O to viac si treba vážiť osoby, ktoré vyhľadávajú pastiersko-poradenskú pomoc.

- Tradičná kresťanská pomoc spočívala v pomoci na ceste vstupu do manželstva. Pokiaľ sa tak stalo, navonok došlo k zakrytiu tejto orientácie. Otázka je, či vždy došlo k náprave, a či nielen k novému utrpeniu v takto uzavretom manželstve. Manželstvo nie je odpoveďou, lebo inštitúcia manželstva bola založená na dokonanie a vyzdvihnutie lásky medzi mužom a ženou, a nie na liečenie či zakrytie homosexuality.

1.10 Možnosti pastoračného poradenstva v otázkach súvisiacich so sexualitou

Pastierska starostlivosť by mala prameniť z jasného sebauvedomenia pastora, ktorý vie, že jeho prvoradou úlohou je sprevádzať ľudí. Základným predpokladom úspešného pastoračného sprevádzania je i v tomto prípade jasná, vyznávaná odovzdanosť Kristovi a predmetu evanjelia. Pri kresťanskom preukazovaní vzťahu lásky a porozumenia k sprevádzaným podľa vzoru Ježiša Krista sa môže rozvinúť pastoračný prístup, ktorého výsledkom bude uzdravenie (náprava), a to i v prípade, že sprevádzaný bude mať viac „osobných skúseností“ alebo i znalostí z oblasti sexualita a sexuológie než sprevádzajúci.

Opäť treba zdôrazniť, že pastoračne sprevádzajúci nemá zabúdať, že má špecifické poslanie a nemá sa snažiť preberať na seba úlohy odborníkov; sexuológov, lekárov alebo psychológov. Za všetkých okolností zostáva mužom, resp. ženou viery v Boha, ktorou žije a ktorá ho vedie v moci Ducha Svätého. Vychádza zo zdrojov vlastných jeho poslaniu a vie; ráta s tým, že Majster rozumie každému najlepšie a vidí i do najskrytejších miest ľudského srdca s porozumením aj tých najintímnejších potrieb každého človeka. Preto sa k Nemu obracia s prosbou o zásah i vtedy, keď sa mu zdá, že problém „je jednoduchý a pomoc zrejmá“, ale tiež vo chvíli, keď sa vec vidí nepriehľadná a zdanlivo neriešiteľná.

Kde všade by mal pastoračný pracovník pomáhať v zložitej spleti problémov týkajúcich sa sexualita? Predovšetkým iba tam, kde pomôcť vie a môže; kde mu na to postačujú teologické a pastoračné predpoklady.

Zodpovednosť pastoračného pracovníka spočíva v tom, aby reagoval na problémy ľudí, ktorí za ním s dôverou prichádzajú, primerane svojmu povolaniu. Čím viac bude o problematike odlišných pohlaví, o sexuálnom živote zdravých ľudí, postihnutých jedincov alebo o rôznych sexuálnych deviáciách vedieť, tým lepšie, ale opäť treba zdôrazniť, že od pastoračného pracovníka s teologickým vzdelaním sa neočakáva, že bude expertom na tieto otázky. Mal by však byť schopný naznačovať biblické spôsoby, ako možno prekonávať problémy samotné, alebo častejšie tie s nimi súvisiace. Znalosť Biblie a odborných teologických či iných informácií z danej oblasti mu ich pomôžu adekvátne odhadnúť. Potrebuje pastoračný problém definovať, porozumieť mu a zareagovať naň v nadväznosti na ľudské podmienky z perspektívy viery – nie abstraktne, ale spôsobom, ktorý je zrozumiteľný konkrétnej osobe alebo skupine ľudí, za ktorú nesie ako pastoračný pracovník určitú zodpovednosť.

Pastoračný pracovník, ktorý sprevádza ľudí, predstavuje ako osobnosť v myšliach ľudských jedincov nielen jednu spomedzi ľudských bytostí, ale býva pokladaný za reprezentanta iných dôležitých postáv, akými sú napr. rodičia, učitelia a tak ďalej. To v praxi znamená, že niektorí ľudia pod kazateľňou alebo v osobnej pastoračnej starostlivosti môžu mať k sprevádzajúcemu pastoračnému pracovníkovi vzťah závislý od predchádzajúcich skúseností s inými, pre nich dôležitými autoritami.

K pastoračnému sprevádzaniu a poradenstvu dochádza bežne v troch rovinách: v osobnom rozhovore, prostredníctvom informovaného odporúčania k inej profesionálne zdatnej osobe alebo poukazom na kvalitnú, relevantnú literatúru. V pastoračnom sprevádzaní môže nastať okamih zmätku a nedorozumenia, keď sprevádzaný žiada informácie, ktoré mu sprevádzajúci nevie dať (alebo nemôže, lebo to nie je jeho úlohou). Mal by však byť za každých okolností schopný viesť o danom probléme teologický a etický rozhovor. Nutné je mať aj všeobecné znalosti, a to v pomerne širokom zábere. Pomáhajú veci porozumieť, no nie vždy je aj potrebné – pre závažnosť ich obsahu a z dôvodu profesionality teológa –

pokúšať sa uplatňovať ich a za každú cenu a v každom prípade „radiť“. Keď treba, prenechá túto odbornú činnosť kompetentným.

2 Pastoračné prístupy podľa vekových kategórií

V nasledujúcich kapitolách si budeme všimnúť problémové oblasti ľudí rôznych vekových kategórií. Keďže predpoklady práce s týmito ľuďmi sú rozdielne, zasluhujú si osobitnú pozornosť. Prechádzajú cez odlišné psychosomatické ťažkosti. Mení sa ich sociálne postavenie a rad ďalších premenných hodnôt. Konštantou však zostáva, že všetci za každých okolností jestvujeme ako osobnosti, ktoré sú súčasne členmi ľudskej spoločnosti. Hľadanie duchovného zdravia si preto vyžaduje, aby sme seba vnímali v adekvátnom kontexte ako sprevádzajúcich a zároveň ako sprevádzaných. Ľudia často prichádzajú s problémami, ktoré sú všeobecne rozšírené a do istej miery ťažia každého z nás:

- Chybné vnímanie seba, ako napr.: sebaopovrhovanie, nedostatočné sebaovládanie, privysoký sebaimage a pod.
- Chybné vzťahy, napr.: delenie ľudí do skupín podľa vlastných predsudkov, závislosť od ľudí, využívanie či dokonca zneužívanie ľudí atď.
- Chybné hodnotenie skutočností, ktoré vedie k pocitu úlohy obete, k horkosti, cynizmu alebo bezmocnosti.

2.1 Dorast a mládež

Na základe svojich doterajších poznatkov a pastoračnej praxe považujeme za „dorast“ vekovú kategóriu 12 – 14 rokov, za „mládež“ vekovú kategóriu 15 – 18 rokov.

Dorast je v cirkvi pastoračne zložitou záležitosťou. Z detí sa postupne stávajú fyzicky „dospelí“ ľudia. Už majú do značnej miery rozvinutú schopnosť aplikovať rôzne hľadiská na posúdenie vzniknutých situácií. Pre pastoračiu je dobré vziať do úvahy, že dorastenci sa občas snažia zakryť svoj zármutok alebo úzkosť, čím prejavujú určitú snahu „uchrániť“ svoje city a pocity. S takýmto postojom sa stretávame najmä v krízových rodinných situáciách, akými sú napr. rozvod rodičov alebo iné citovo

náročné situácie v rodine: rodičia sa rozišli; v dôsledku toho syn alebo dcéra môže pociťovať, že mu ten druhý strašne chýba, ale navonok svoj žiaľ neprejaví zo strachu, aby sa rodič nermútil.

Dôležité je načúvať, čo dorastenci hovoria aj čo nehovoria. Hoci často prejavujú úprimnú snahu zostávať „nad vecou“, predsa sa v pastoračných príručkách prízvukuje, že až 25 percent dorastencov má tendenciu veci vnímať čierno-bielo, čo ich môže viesť k bezdôvodnému straneniu a nálepkovaniu: jeden je „skvelý“ a druhý je „lotor“. Týka sa to najbližších v rodine, ale aj spolužiakov a učiteľov v škole, ako aj vrstovníkov i ostatných, ktorých dorastenec stretáva v cirkevnom zbore.

Tak ľahko ako dorastenec niekoho urobí idolom, tak rýchlo druhého zosmiešni. Poľahky sklzáne k opačnému hodnoteniu človeka. Pastoračný pracovník vie, že ho to môže dostať do pasce pocitov sklamania a bezmocnosti. Následný hnev nie je len výsledkom oddelenia sa od predtým uznávaného a vysoko oceňovaného človeka, ale tiež prejavom toho, že vidí rozpory – správanie nezodpovedajúce „jednej norme“. Kríza, ktorá nasleduje, spôsobuje dorastencovi ťažkosti pri vyrovnávaní sa so vzniknutou situáciou či pri ovládaní pocitov alebo nálad. V niektorých prípadoch dochádza k pocitom úzkosti, traume alebo ku konfliktným situáciám.

Mládež je sociálne a intelektuálne vyvinutejšia než dorast. Vychodila základnú školu a väčšina mládeže pokračuje na niektorom z typov stredoškolského vzdelávania. Je lepšie vybavená vyrovnávať sa s krízovými situáciami, či už sú to konfliktné situácie, rozpad manželstva rodičov, sklamanie z druhých alebo rôzne iné veci prinášajúce zármutok, sklamanie, hnev, úzkosť, príj. iné emócie.

Mládež reaguje inakšie ako jej mladší kamaráti. Chlapci zvyknú častejšie prejavovať smútok, dievčence hnev. Platí to najmä pri reakciách na krízu

v manželstve rodičov²². Obe reakcie bez pomoci zvonka môžu viesť k strate rodičovského vplyvu a k väčšej závislosti od vrstovníkov, niekedy dokonca k sociálnej izolácii. Pozorovania konkrétnych prípadov ukazujú smerom k zraňovaniu týchto mladých osobností prostredníctvom nezdravých modelov či k orientácii na nerealistické modely prezentované mediálnou produkciou, poprípade skupinou ich vrstovníkov. Následkom toho sa ich hnev a frustrácia môžu pretaviť do zaangažovanosti v trestnej činnosti, deviantného správania sa²³, zneužívania rôznych návykových látok a uchyľovania sa k riskantnému sexuálnemu správaniu.

Cirkevný zbor by mal dorastu a mládeži poskytovať prostredie podpory a prejavovať úprimný záujem o ich život. V ponuke cirkevného života by nemali chýbať aktivity, ktoré vyžadujú zapojenie sa mladých; majú pre nich zmysel a zároveň im umožňujú rásť vo viere. Tie by však mali byť v súlade s očakávaniami a hodnotami veriacich rodičov, aby svoje deti podporovali v účasti na takýchto aktivitách. Preto je ideálne, aby pastoračný pracovník o tvorbe programov pre dorast a mládež komunikoval s rodičmi a bral do úvahy aj ich predstavy a očakávania.

Pastoračný pracovník môže v krízových situáciách dorastu a mládeže okrem iného očakávať najmä prejavy nižšieho sebahodnotenia a narastajúceho strachu či pocitu ohrozenia. Preto je dôležité nešetriť slovami uznania či pochvalou a často poukazovať na osobný rast a úspechy. Každý dorastenec a mládežník nejaké má, ale spravidla im nevenuje pozornosť pri porovnávaní sa s inými, úspešnejšími rovesníkmi.

²² GORDON, Donald A. – ARBUTHNOT, Jack. 2011 *What About the Children? A Simple Guide For Divorced/ Separated And Divorcing Parents*. Uverejnené na <http://childrenanddivorceguide.com/articles/divorce-and-children-affects-teenagers/> (2016-01-29).

²³ Správanie jednotlivcov, ktoré spoločnosť či sociálna skupina považuje za porušenie spoločenských alebo skupinových noriem.

Mládež postupne nadobúda novú schopnosť myslieť a porozumieť tomu, ako fungujú rôzne systémy, ako je rodina, vláda, zbor, cirkev. Vzhľadom na jej tendenciu veci simplifikovať a idealizovať, neraz sa stretá so skúsenosťou zranenia, výsmechu. Často prežíva morálne rozhorčenie alebo aj krízu viery, ak veci nefungujú podľa vysnívaných vzorcov. Je náchylná na pocit slabosti až bezmocnosti a frustrácie v dôsledku toho, čo vníma ako nedostatok rešpektu k svojim citom a k pocitom ľudí vo svojom okolí, u vrstovníkov, v rodine, škole, v cirkvi.

To sú dôvody, prečo sa domnievame, že pastoračné sprevádzanie dorastu a mládeže by mala vykonávať len zrelá osobnosť. Podľa J. Křivohlavého²⁴ (2011, s. 65n) je najžiadanejším typom poslucháča práve zrelá osobnosť. Vyznačuje sa emocionálnou (citovou) zrelosťou, sociálnou zrelosťou (má svoju vlastnú individualitu a je doma v spoločensťve, s ktorým vnútorne súhlasí) a morálnou zrelosťou (zaobchádza s ľuďmi v súlade so súborom vlastných morálnych hodnôt). Došlo u nej k vykryštalizovaniu životných hodnôt a postojov v zmysle Ježišovho slova: „Zatiaľ čo dobrý človek vynáša dobré veci z dobrého pokladu, zlý človek vynáša zlé veci zo zlého pokladu.“ (Mt 12,35)

Ak by sme chceli naznačiť praktické implikácie vyššie opísaného, asi by sme mali pre pastoračnú dorastu a mládež podčiarknuť najmä nasledujúce poznatky:

- Emočnú podporu dorastu, mládeže, ale aj ich rodičov.
- Vytváranie podporných skupín rozličného zamerania v rámci miestneho zboru.

²⁴ Prof. PhDr. Jaro Křivohlavý, CSc., (1925 – 2014), český psychológ, autor početných publikácií. Kresťan, člen Českobratskej cirkvi evanjelickej, presbyter, laický kazateľ, istý čas pôsobil vo vedení cirkvi ako laický člen Synodnej rady.

- Poskytovanie príležitostí na rôzne aktivity pod dohľadom. Pri doraste treba zvážiť samostatnú skupinku pre chlapcov a samostatnú pre dievčence.
- Umožňovanie rozhovorov so zrelými osobnosťami, ich vedenie k uvedomelému rozhodnutiu sa pre Krista.
- Vytváranie priestoru na občasné zapojenie dorastu a mládeže do bohoslužieb.
- Ponúknutie možnosti biblického vzdelávania v zbere, podporovanie osobného a duchovného rozvoja dorastu a mládeže.
- Dávanie príležitostí na občasné stretávanie sa s rovesníkmi na úrovni celej cirkvi.
- Podporovanie rozvoja komunikácie veriacej mládeže prostredníctvom sociálnych sietí, internetu. Pokiaľ život zboru poskytuje možnosť zapojiť sa do zborového života, misie a práce zboru; staršia mládež môže preberať zodpovednosť v týchto oblastiach, čo významne podporí pastoračné sprevádzanie mladých ľudí.

Marylin Kielbasa²⁵ (2012) vo svojej knihe k pastoračii dorastu a mládeže odporúča, aby sme poskytovali pastoračnú a poradenskú podporu najmä v oblasti viery a priateľstva: v oblasti toho, ako my nesieme Boží obraz, vo sfére vzťahov pri zaľúbení, pri prijímaní a uctení si druhých ľudí, v okruhu možností a výberu, pri zdolávaní víťazstiev a prehiev, pri zvládaní hnevu a konfliktov, pri narábaní so životnými zmenami, v medzigeneračnej komunikácii, v pomoci rovesníkom v kríze, v oblasti sexuality a spirituality, pri hľadaní nádeje. K tomu možno pridať aj témy, ktoré vyplývajú z kultúrneho a náboženského kontextu daného zboru.

²⁵ Rímskokatolícka autorka s rozsiahlymi skúsenosťami s mládežníckou prácou na úrovni farnosti aj diecézy. Okrem iného sa venovala vyučovaniu osobného a duchovného rastu adolescentov na národnej úrovni v USA.

2.2 Raná dospelosť

Na naše účely si povedzme úvodom toľko, že pod ranou dospelosťou sa rozumie obdobie v rozmedzí približne od veku 18 do 35 rokov. Nedá sa presne vymedziť, lebo je ovplyvnené rôznymi faktormi, ako napr. pohlavím, kultúrnym prostredím a inými skutočnosťami. Zaoberať sa obdobím ranej dospelosti je z pastoračného hľadiska nesmierne dôležité. Skúsenosť veľkých cirkví Západu totiž ukazuje, že sa z nich vytráca mládež, následkom čoho v nej chýbajú ľudia tejto vekovej kategórie. V amerických zboroch zaznelo smutné konštatovanie, že, žiaľ, až príliš často konfirmácia znamená poslednú návštevu pred dlhým obdobím absencie týchto mladých ľudí na zborových podujatiach. Až neskôr niektorí z nich hľadajú cestu späť. Návrat nebýva ľahký, pretože sa stratila kontinuita so životom zboru; popretŕhali sa priateľské väzby a pribudli nové životné skúsenosti zo sveta spolu s mnohými zraneniami.

Napomáhať a sprevádzať ľudí v období ranej dospelosti je pre duchovného v pastoračnej službe zložitá úloha. Aby bolo ich sprevádzanie kvalifikované, poučné, aby nedochádzalo k chybám, ktoré by vo svojich dôsledkoch mohli znamenať skôr definitívny odklon od kresťanstva a od jeho hodnôt než rozvinutie, upevnenie a ďalšie zotrvanie vo viere; práve preto sa odbornej príprave a kontinuálnemu štúdiu sveta mladých dospelých treba venovať.

2.2.1 Biblia a raná dospelosť

Raná dospelosť je nielen vekom vyzrievania a preberania zodpovednosti, ale aj dosahovania vrcholu svojho poslania. Nie je žiadnym prekvapením, že vari väčšina významných biblických postáv zanechala svoju význačnú historickú pečať práve v tomto vekovom období. Spomedzi mnohých biblických príkladov všimnime si niektoré:

- Kráľa Dávida. Po smrti kráľa Saula sa usadil v Hebrone. Tam ho pomazali za kráľa nad Izraelom. Dávid mal tridsať rokov, keď sa stal kráľom, a vládol štyridsať rokov (2Sam 5,4). Z jeho žalmov vidíme, že

už ako mladý dospelý človek bol všestranne vyzretý a úplne vhodný na veľké Božie ciele s Izraelom. Vek tridsať rokov bol v biblických časoch vekom náboženskej dospelosti, keď už smeli veriaci čítať všetky časti Písma.

- Spasiteľa Pána Ježiša. V čase svojho ukrižovania dokonal dielo spásy – z nášho pohľadu – v období ranej dospelosti. Mal asi 33 rokov.
- Timoteja, ktorého apoštol Pavol povzbudzoval, aby sa nedal znechutiť, ak by sa stalo, že ním niekto pohrdne pre jeho mladý vek, ale aby vytrval a bol vzorom veriacim „v reči, v obcovaní, v láske [v duchu], vo viere a v mravnej čistote“ (1Tim 4,12).

Zo štúdia Písma je zjavné, že hoci obdobie ranej dospelosti môže byť problematické, Boh má s ľuďmi v tomto veku veľké plány a práve títo ľudia sú ich schopní aj naplniť. Pri pastoračnom sprevádzaní ide o to, aby udalosti a okolnosti (napr. úzkosť, samovražedné myšlienky, znechutenie, začínajúca kariéra, manželstvo, sex, peniaze, pozmenené vzťahy s rodičmi, problémy na pracovisku...) typické pre toto obdobie neprehlušili hlas Ducha Svätého.

Výzvy pastoračného sprevádzania ľudí v období ranej dospelosti možno zhrnúť do štyroch hlavných oblastí:

- *Kompetencie.* Po období detstva a dospievania, ktoré sú obdobiami závislosti od vychovávateľov, sa prechádza do štádia, ktoré znamená postupné preberanie zodpovednosti. Z mládežníka vyrástol vedúci mládeže alebo sa stal katechetom; bol zvolený do staršovstva ako zástupca mladej generácie v zbore, zúčastňuje sa konferencií; s rozvojom jazykových schopností prichádza do úvahy aj účasť na medzinárodných podujatiach. Z týchto činností vydáva komusi počet a týmto spôsobom aj vnútorne rastie. V značnej miere sa rozvinuli fyzické a duchovné schopnosti, intelektuálne kapacity, rozvoj nadobudli aj sebaovládanie a interpersonálna komunikácia; vyššiu dimenziu nabralo i ovládanie emócií, i ocenenie vlastného prostredia.

- *Nezávislosť*. Obdobie ranej dospelosti je ešte poznačené iným faktorom, a tým je odtrhnutie sa od domova a rozvoj zmyslu pre autonómiu. Zaberá veľa času, často prinášajúc aj frustráciu, napätie, pocit neistoty a množstvo zápasov o vyrovnanie sa s rôznymi otázkami, ako napr.: Som schopný to sám spraviť? Môžem s týmto platom vystačiť, nebudem naďalej závislý od rodičov? Existuje spôsob, ako zostať spojený s rodinou a pritom nezostať dieťaťom?

Výzva na nezávislosť prináša najmenej štyri úlohy: rozvinúť sebestačnosť, vybudovať si identitu, nachádzať hodnoty a efektívne sa vyrovnáť s problémami. Duchovný pastier i pastoračný pracovník majú v kresťanstve významný zdroj pomoci začínajúci dospelým pri vyrovnávaní sa s týmito úlohami.

- *Intimita*.²⁶ Nikto nie je úplne nezávislý od ostatných ľudských bytostí. Skutočná „nezávislosť“ dospelých de facto znamená, že vedia existovať ako individuality v interdependencii (previazanej závislosti). Dospelý, zrelý človek si je vedomý nielen svojich možností, ale aj možností a práv druhých, ktoré do značnej miery podmieňujú alebo aj umocňujú jeho vlastné schopnosti. Z tohto vedomia súčasne vyrastá potreba intimity, ktorú podľa J. F. Sternberga²⁷ (1988, s. 120) charakterizujú: túžba prispiet' k blahu milovaného človeka, pocity šťastia prežívať s milovanou osobou, vysoká hodnota milovaného človeka v živote druhého a zároveň istota, že sa na blízku osobu možno spoľahnúť; vzájomné porozumenie, vzájomný podiel na živote a majetku, obojstranné vyjadrovanie a prijímanie citovej podpory, dôverná komunikácia.
- *Usmernenie*. Mládež a mladí dospelí majú sny, resp. vysnívané spôsoby života, aký by chceli viesť. Snov je spočiatku viacero; najskôr dochádza k selekcii, neskôr k zúženiu na jeden konkrétny. Tento sen je sprvu vágny a často nerealistický, ale po prekročení dvadsiatky sa stáva jasnejším. Pomáha v situáciách, akými sú napr. úprava vzťahu

²⁶ Z latinského slova *intimus* = najvnútornejší, dôverný, skrytý pred zrakom druhých.

²⁷ Robert J. Sternberg, nar. 1949, renomovaný americký psychológ.

s rodičmi, či pri usmernení mladistvého nadšenia alebo zápalu pre určité veci a, naopak, pri útlme v prípadoch, ktoré sa ukázali byť nerealistické. I v tomto období staršie osoby vedú mladšie, hoci mladšie osoby sú už schopné stáť a konať v živote nezávisle.

Všetky tieto štyri problémové oblasti v období ranej dospelosti ponúkajú príležitosť trvalej integrácie do služobnej pro-existencie cirkvi.

2.2.2 Pastoračné sprevádzanie v období ranej dospelosti

Všeobecne platnou zásadou pastoračného sprevádzania ľudí všetkých vekových kategórií je, že najlepšie výsledky sa dosahujú:

- *Ak sa buduje správny vzťah.* V prípade sprevádzaného vo veku okolo 17 rokov je to pre pastoračného pracovníka oriešok. I najmladší kazatelia alebo profesionálni či laickí duchovenstvi pracovníci bývajú najmenej o 6 rokov starší, čo je ešte málo na nadviazanie vzťahu na princípe authority, ale už veľa na uplatnenie princípu priateľstva rovesníkov. Základným predpokladom v takýchto prípadoch bude – brat' vážne „naivné reči“ mladého sprevádzaného. Len náznak nadradenosti už naruší proces sprevádzania a zaseje nedôveru.
- *Ak poznáme problém.* Duchovní by sa nemali pokúšať o žiadne rady alebo zásahy, kým neodhalia podstatu problému. Cieľom je dopomôcť, aby sprevádzaný sám vykonal zmenu k dobrému. Veľmi často býva spoločnou úlohou pochopiť, že vzdialenejšie ciele sú nadradené krátkodobým.
- *Ak pracujeme s alternatívami.* Častou otázkou pastoračného sprievodcu bude: Čo sa dá urobiť, aby sme dosiahli zmenu? Množstvo ideí a nápadov sa nedá realizovať v pôvodnej verzii, hoci myšlienka je dobrá. Treba ju rozvinúť, preto hľadáme alternatívne riešenia najmä s ohľadom na dlhodobé ciele. Opäť platí zásada, že ako sprevádzajúce bytosti iba pomáhame nájsť riešenie. Nie je našou úlohou „vedieť“, čo je pre sprevádzaného najlepšie“ a to sa mu pokúšať nanútiť.

- *Ak prejavujeme bezpodmienečné prijatie.* Počas sprevádzania je nevyhnutné položiť dôraz na prijatie. Ak treba odporučiť vyučovanie alebo získanie nejakých zručností určitým spôsobom, avšak sprevádzaný prejavuje slabé výsledky, malý záujem alebo nevyužíva získané poznatky a zručnosti, netreba to taxatívne určiť ako dôvod na prerušenie sprevádzania. Naopak, je žiaduce prejsť porozumenie a prijatie aj v takých situáciách. Úlohou zostáva napomôcť sprevádzaného objaviť a prijať, že predkladané zručnosti sú potrebné a opláti sa ich zmocniť na ďalšiu cestu v prospech dosiahnutia vytúžených alebo nutných dlhodobých cieľov.

2.2.3 Model riešenia problémov

V oblasti profesionálneho kresťanského poradenstva, ktoré sa rozvinulo ako prax oddelená od činnosti cirkvi, odporučil budúcim pastoračným pracovníkom na KTK PF UMB host'ujúci profesor Mark R. McMinn, aby používali Wasikovej²⁸ model riešenia problémov²⁹:

1. Identifikácia problému. (O čo ide?)
2. Voľba cieľov. (Čo chcem dosiahnuť?)
3. Uváženie možností. (Čo zmôžem/čo som schopný urobiť?)
4. Odhad dôsledkov. (Čo sa môže stať?)
5. Rozhodnutie. (Pre čo som sa rozhodol?)
6. Uskutočnenie. (Teraz to urob!)
7. Zhodnotenie. (Fungovalo to?)

Tento model riešenia problémov môže pastoračný pracovník s úžitkom aplikovať, pričom ráta nielen so silou techniky poradenstva, ale aj s tým, že ide najmä o to: „... poznať Kristovu lásku, ktorá prevyšuje poznanie, a tak [sa dať] naplniť celou Božou plnosťou... <Toho> ktorým pôsobením svojej

²⁸ Barbara H. Wasik, profesorka na University of North Carolina, členka Americkej psychologickéj asociácie.

²⁹ McMINN, Mark R., 1991, s. 192.

moci v nás a nad to všetko môže urobiť omnoho viac, ako my prosíme alebo rozumieme.“ (Ef 3,19n)

2.2.4 Prevencia vzniku vážnych pastoračných problémov v období ranej dospelosti

Pastoračná práca nás naučila, že podobne ako v medicíne, i v duchovenskej praxi je výhodnejšie a účinnejšie predchádzať vzniku problémov, ako ich liečiť. Možnosť prevencie vzniku problémov, ktoré majú dopad na duchovný život mladého človeka, je veľmi veľá. Urobil som výber (pozn. autora), ktorý vychádza z mojich vlastných poznatkov a je v súlade s viacerými praktikami pastoračného poradenstva v zahraničí.

Povzbudzovanie by malo byť súčasťou kázňových prejavov. Konkordančné nahliadnutie do Nového zákona v slovenskom ekumenickom preklade podčiarkuje význam povzbudzovania, pretože sa tam vyskytuje tridsaťpäťkrát. Apoštol Pavol veľmi často povzbudzoval kresťanov v mladých zboroch. Keď zbory rástli, všimol si jednotlivcov, ich osobné potreby a vždy ich povzbudzoval, ako napr. v Sk 20,1: „Keď vzbura ustala, Pavol si zavola učeníkov, povzbudil ich, rozlúčil sa a pobral sa do Macedónska.“

Vzdelávanie pomáha dospelému človeku nielen pri získavaní informácií a lepšej uplatniteľnosti na trhu práce, ale má tiež pozitívny dopad na pocit, že vedíme osobný, pracovný i spoločenský život, ktorý nás uspokojuje. S rozvojom aktívneho pracovného života a rodinných povinností najmä pri výchove detí prichádza často údiv až zaskočenie tým, koľko tlakov je vyvíjaných na to, čo by sa malo vykonať v rôznych oblastiach (v škole, mládežníckej skupine, klubovej činnosti, pri športe, zábave, duchovných aktivitách, čítaní...). Mladý človek sa musí rozhodovať medzi množstvom aktivít, ktoré si nárokuje jeho čas. Ak má cirkev zohrávať zmyslupnú úlohu aj v oblasti vzdelávania, mali by jej vzdelávacie ponuky smerovať k reálnym potrebám ľudí a na realizáciu vzdelávacích programov využívať všetky

dostupné možnosti moderných technológií. To okrem iného umožní ľuďom ostať doma a vzdelávať sa v čase, ktorý im vyhovuje.

Inou preventívnou činnosťou vzniku vážnych pastoračných problémov v období ranej dospelosti je *vedenie* skúsenými ľuďmi. Vo väčších i menších cirkevných zboroch žijú ľudia, ktorí majú mimoriadne profesijné alebo osobné životné skúsenosti. Spravidla tam je aj množina ľudí, ktorým by títo skúsení mohli pomôcť. Bez otvorenia tzv. „fóra skúseností“ sa o tom nemusí nik ani dozvedieť. V skutočnosti je ale potreba vedenia skúsenými v rozličných oblastiach života veľká. Duchovný môže byť sprostredkovateľom takejto užitočnej výmeny. Pritom však treba rešpektovať zásadu, že skúsený v jednej oblasti nemusí byť skúseným v inej oblasti. Celá vec vyžaduje múdry prístup. Treba brať ohľad na kultúru, rodinu, životné postavenie a na rad ďalších faktorov, ktoré môžu byť iné u skúseného a iné u núdzneho. Priveľmi prejavovaná skúsenosť môže prekážať, následkom čoho vôbec nedôjde k pozitívnemu vývoju, lež, naopak, k zamedzeniu komunikácie.

Dôležitým faktorom prevencie vzniku problémov je taktiež *podpora životných snov*. O tom už bola reč vyššie. Dodajme, že vo všetkých prípadoch je potrebná určitá korekcia. Napriek tomu platí, že rozvinutím osobných životných snov sa predíde veľkým životným problémom a, naopak, zhadzovaním a ponížovaním osoby pre jej nerealistické a naivné sny dochádza k negatívnemu psychologickému vývoju, ktorý vyústi do rozvoja problémov.

K prevencii patrí aj *spolupráca s rodičmi* ľudí v ranej dospelosti. Pre rodičov mladých dospelých nie je často ľahké prizerať sa na zápas, ktorým ich „deti“ prechádzajú. Preto pastoračný pracovník nevynecháva rodičov, a ak je to možné, hovorí aj s nimi a vedie ich k trpezlivosti a k pochopeniu, že ich deti sú už dospelé a majú právo na vlastný život aj s chybami i s problémami, do ktorých sa dostávajú. K tomu náleží aj neľahká úloha vysvetliť, že predčasné získavanie vecí a hodnôt zo vzdialenej budúcnosti cez zásah rodičov obyčajne neprináša mladým ľuďom veľa dobrého. Tie sú skôr výrazom

nervozity rodičov a mladých dospelých vedú k reverznému pohybu, ktorý je nežiaduci; totiž k opätovnej závislosti od rodičov, ako to bolo v období detstva.

Z nášho pohľadu je najúčinnnejšou a nášmu poslaniu najvlastnejšou prevenčnou činnosťou *duchovná podpora*. Okrem povzbudzovania v kázňach sa duchovná podpora sústreďuje najmä na príhovory za konkrétne osoby a za ich problémy v modlitbách. Ku konkrétnym modlitebným predmetom sa však treba dostať. Nedá sa to ináč, než vyhradením času pre ľudí. Rozhovory s veriacimi, ktorí sedia pod kazateľňou, sa odohrávajú často po bohoslužbách; lenže vtedy je málo času a prakticky žiadne súkromie. Každý pastier a pastoračný pracovník by mal aktívne ísť za svojou ovečkou. Hľadať možnosti komunikácie a obsahy rozhovorov udržať v prísnej tajnosti. V skrytosti modlitebnej komôrky zápasit' v prospech druhých. To je vrchol jeho činnosti a najvyšší prejav morálnej vyspelosti. Viacerí duchovní sa tejto dôležitej činnosti vyhýbajú, pretože je akosi „neefektívna“; väčšinou o nej nik nevie a zaberá veľa času. Ale kto sa bude jednotlivým dušiam venovať a za nich zápasit', ak nie duchovný?!

2.3 Pastoračná starostlivosť o dospelých v strednom veku

2.3.1 Charakteristika ľudí v strednom veku pre potreby pastoračného sprevádzania

Stredný vek je mimoriadne produktívny; ľudia v strednom veku sú „ťahúňmi“ ekonomiky. Všade sa od nich požaduje alebo aspoň očakáva výkon. I cirkev pre svoj rozvoj potrebuje týchto výkonných ľudí so skúsenosťami a pri plnej sile. Asi preto sa občas zabúda, že aj ľudia v tomto veku potrebujú náležitú pastoračnú starostlivosť cirkvi presne tak ako ľudia v iných vekových kategóriách. Dospelí v strednom veku však nemávajú potrebu zvláštnych programov ako napr. deti, mládež alebo seniori, zato oceňujú iné veci, ako načúvanie, podporu, povzbudzovanie a pravé, hlboké priateľstvo. Bývajú nároční a predkladané pastorálne príležitosti si vyberajú vzhľadom na to, čo si môžu dovoliť nielen z časového hľadiska, ale aj

s ohľadom na svoje profesionálne či iné priority. Spravidla radi prijímajú pastoračnú starostlivosť v oblasti zdravia, spoločenskej akceptácie, mravného rozvoja, zvládania vlastného správania a tiež v oblasti emočnej a duchovnej podpory.

V pastoračnej starostlivosti snáď nie je komplikovanejšia cieľová skupina než ľudia v strednom, produktívnom veku. Je to dané najmä tým, že ju tvoria vyspelé a už vyzreté osobnosti, zapojené do pracovných a iných kolektívov, ktoré môžu byť človeku v pastoračii (kazateľovi alebo niekomu inému, kto pastoračnú starostlivosť vykonáva) žijúcemu vo vlastnom profesijnom gete akosi vzdialené a problémy jej práce nezrozumiteľné. Napriek tomu v pastoračii nemožno postupovať bez ohľadu na to, čím ľudia sú, čo robia; „nejde len o modlitebňu, ale aj o dielňu“ (Fazekaš, 2002, s. 129).

Táto skutočnosť pastoračnú starostlivosť o dospelých v strednom veku komplikuje. Navyše ide o pomerne široké vekové rozpätie; približne *medzi 35. a 60. rokom života*. Vyznačuje sa množstvom zmien, s ktorými sa v priebehu dlhého dvadsaťpäťročného úseku musia dospelí vyrovnávať. Dochádza k cyklickému redefinovaniu hodnôt, k opätovnému potvrdzovaniu osobnej identity. Vo väčšine prípadov ľudia prechádzajú veľkým množstvom rôznych udalostí, ktoré spôsobujú zmeny. Životné udalosti a stavy tohto obdobia, o ktorom sa hovorí, že je „naštartovaním do lepšej polovice života“ (Collins, 1989, s. 199), sa dotýkajú vzt'ahu k Bohu. Niekedy ho upevňujú, inokedy narúšajú alebo aj vážne poškodzujú. Ľudia v strednom veku potrebujú pastiersku pomoc práve tak, ako iní ľudia. Pastoračné prístupy k ľuďom v strednom veku majú niektoré špecifiká a pre pastoračnú starostlivosť je prínosom, ak sa berú do úvahy.

Keďže do širokej kategórie dospelých v strednom veku spadajú ľudia vekom vzdialení, užitočné bude stručne si ich charakterizovať v určitých „podskupinách“ (členenia bývajú rôzne, nasledujúce rozdelenie je podľa Huntera, 1996):

a) *Raný stredný vek* (35 – 40 rokov) zahŕňa mužov plných síl, ráznosti a zmyslu pre jasnú orientáciu. U žien sa objavujú tendencie k osobnému prehodnocovaniu (úloha matky, životný štýl, ciele, uprednostnenie kariéry, hodnoty, priateľstvá a priority všeobecne), čo môže privodiť krízu. Raný stredný vek je vo väčšine prípadov vekom dobrej fyzickej kondície a pomerne nevýrazných zmien telesných funkcií (pohybu, spánku, sluchu, zraku, čuchu). Ak sa aj objavia, poväčšine nemávajú priamy vplyv na zníženie produktivity. Vybudované postavenie v spoločnosti vedie k selekcii priateľov. Ustupuje sa od tých priateľstiev, ktoré sú náročné na čas a výkon spoločensky bezvýznamných činností nevyhnutne spojených s udržiavaním priateľstva. V dôsledku toho dochádza k redukcii počtu priateľov a aktívneho priateľstva, na druhej strane však k prehĺbeniu a rýdzosti pretrvávajúcich vzťahov.

b) *Štyridsiatnici* (40 – 50 rokov), najmä muži, sa boria s osobným prehodnocovaním. Veci, ciele, vzťahy a mnohé ďalšie záležitosti, ktoré doposiaľ boli pre nich cenné a vzácne, ustupujú a strácajú na hodnote. Väčšina mužov pociťuje pokles životnej spokojnosti, kým ženy si už vo všeobecnosti ujasnili a utriedili svoje hodnoty a ďalšie životné smerovanie. Štyridsiatnici zakúšajú vzrastajúcu cieľavedomosť; dostali sa na vrchol tvorivých síl a pre mnohých kariéra nadobudla zásadný význam.

c) *Zrelý stredný vek* (50 – 60 rokov) je vo väčšine prípadov obdobím produktivity, pretože ľudia využívajú naakumulovanú múdrosť; ťažia z vyjasnených hodnôt, zo získaného spoločenského postavenia a taktiež z relatívne väčšej dostupnosti zdrojov. Pre tento vek je typická ochota učiť sa, vyškolit' mladších ako svojich budúcich nástupcov. Častejšie sa však objavujú problémy s fyzickou kondíciou; pokles niektorých telesných funkcií, ako zhoršenie zraku, sluchu a čuchu, skracuje sa spánok a pod. Existuje o tom množstvo informácií od povolanejších odborníkov.

Ľudia v strednom veku si už spravidla vybudovali určité *sociálne postavenie*; zastávajú vedúce miesta a snažia sa dosiahnuť mnohé vysoké ciele. S pribúdajúcim vekom však prichádza realistické a nie vždy bezbolestné

poznanie, že sa im už nepodari dosiahnuť všetky vysnívané méty. Sebakritický pohľad na vlastnú schopnosť presadiť sa vedie na jednej strane k realistickejšiemu pohľadu na vlastnú budúcnosť, lež veľká odolnosť ľudí v strednom veku poháňa ďalej k enormnej pracovnej výkonnosti. Namiesto idealistického pohľadu na spoločenské otázky, ktorý je typický skôr pre mladosť, sa presadzuje pragmatizmus a adaptabilita na súčasné pomery a na momentálne potreby. Vzrastá orientácia na právo a poriadok v rodine, v spoločnosti aj v cirkvi. Keď je to v záujme konkrétnej osoby alebo jeho blízkych, vstupuje do občianskych a profesijných aktivít. Dôležité je, aby veci išli. Na konci druhého a na začiatku tretieho obdobia sa ľudia v strednom veku obyčajne pýtajú, či to všetko má zmysel a kam sa uberajú. Pri prehodnocovaní môže dôjsť k frustrácii z poznania, že doterajšie činnosti boli marením času, pretože nikam nevedú. To má mnohé konotácie, napr. vplyv na selekciu priateľov a vzťahov, ktoré sa rozhodnú udržiavať alebo, naopak, utlmiť. Zredukovaný počet priateľstiev však dopraje ich skvalitnenie a prehĺbenie a nebudujú zneužívané.

Naznačený vývoj súvisí tiež s rozvojom a zmenami *emočného života*. Prvá fáza stredného veku je u mužov typicky optimistická; po štyridsiatke prichádzajú depresie, ale ďalšia časť stredného veku je spravidla opäť optimisticky naladená. Ženy majú tendenciu k emočnej nestabilite na začiatku stredného veku. Sú však optimistickéjšie a produktívnejšie od štyridsiatky do konca stredného veku s výnimkou obdobia hormonálnej nestability spôsobenej menopauzou³⁰. Sebahodnotenie súvisí u mužov aj u žien zvyčajne s optimizmom, resp. s depresiou podľa toho, čím momentálne prechádzajú.

³⁰ Menopauza je strata menštruácie. Ide o prirodzený stav v živote ženy charakterizovaný zníženou tvorbou hormónov estrogénu a progesterónu, čím dochádza k útlmu funkcie vaječníkov. Zastavuje sa menštruačný cyklus. Menopauza obvykle nastupuje medzi 45. až 55. rokom veku ženy.

Psychologické testy dokazujú vysoký stupeň *intelektuálnej stability* ľudí medzi 20. až 50. rokom života. Veľmi dôležitá je intelektuálna stimulácia, pretože napomáha zlepšovať výkony. Hoci najvyššiu schopnosť memorovať majú adolescenti, ľudia v strednom veku sú schopní syntetického myslenia; sú schopní dať veciam perspektívu a zo známych faktov a vlastných skúseností zrekonštruovať zmysel procesov. Pre pastoráciu je tiež dôležitá informácia, že schopnosť učiť sa nie je v strednom veku závislá od intelektu, ale skôr od zvoleného vzdelávacieho procesu. Ľudia v strednom veku sa chcú učiť vtedy, keď vidia využiteľnosť získaných vedomostí a zručností vo svojom súčasnom živote (menší zmysel vidia vo vzdelávaní pre budúcnosť).

Existuje rozšírený mýtus, ktorý tvrdí, že *najkritickejším obdobím v manželstve* sú prvé tri roky, potom siedmy a desiaty rok manželstva. V skutočnosti najohrozenejšie sú manželstvá v ranom strednom veku a vo vekovej kategórii štyridsiatnikov. Dokladá to štatistika rozvodovosti v Slovenskej republike; miera rozvodovosti podľa veku a pohlavia v rokoch 2001 – 2012. Najvyššia rozvodovosť je zaznamenaná u mužov a žien vo vekových kategóriách 35 až 39 rokov a 40 až 44 rokov a len o niečo nižšia vo vekových kategóriách 30 až 34 rokov a 45 až 49 rokov.³¹

Spôsobuje to viacero faktorov, ale dva z nich sú všeobecne rozšírené:

Zanedbávanie partnera. Jeden z manželov, príp. obaja sú príliš zaneprázdnení inými záležitosťami. Jeden z nich, alebo niekedy aj obaja, obetujú všetko preto, aby dosiahli svoje ciele v kariére. Inokedy to môže byť pohltenie starostlivosťou o deti či rôznym angažovaním sa v spoločnosti, v cirkvi.

Prehodnocovanie života. Ženy si obyčajne pred štyridsiatkou a muži po štyridsiatke kladú otázky typu: Kto som? Aký význam má *takto vedený* život?

³¹ Zdroj: Internetový portál Štatistického úradu Slovenskej republiky
<https://slovak.statistics.sk/>

Čo urobím so zvyškom života? S kým chcem naďalej udržiavať kontakty? Koho skutočne milujem? Aké miesto má v mojom živote Boh? Tieto otázky si, samozrejme, kladú aj mladšie páry, ale tie majú tendenciu čakať na ich zodpovedanie do budúcnosti. Ľudia v strednom veku túto trpezlivosť strácajú. Ak nadobudnú presvedčenie, že manželstvo nebolo pozitívne, majú tendenciu siahnuť po rýchlom riešení rozvodom. Ak je nablízku pastoračný pracovník, ktorý im pomôže uvedomiť si, že aj tieto otázky sa dajú riešiť ináč než rozvodom, z pastoračných skúseností môžem potvrdiť (pozn. autora), že sa zväzky medzi manželmi upevnili a rozvíjali na spokojnosť oboch manželov až do staroby.

Pastoračná starostlivosť v oblasti *mravného a duchovného života* je špecifická najmä v tom, že ľudia v strednom veku majú otvorenejšie oči pre zložitost' a často dvojznačnosť života, než ľudia mladší. Navyše sa zdá, že proces redefinovania hodnôt v strednom veku vytvára dve skupiny ľudí. Jedna smeruje k vyšším morálnym stupňom so značnou mierou flexibility a schopnosti vyrovnat' sa s morálne diferencovanou spoločnosťou. Druhá sa naproti tomu akosi ut'ahuje, prijíma regres vo vlastnej morálke a vo vzťahoch; dá si diktovať rozhodnutia vonkajšími autoritami v snahe ochrániť sa pred vlastnou zodpovednosťou za svoje etické a duchovné rozhodnutia.

Už tento veľmi stručný výpočet najpodstatnejších charakteristík stredného veku poukazuje na komplexnosť problematiky, na ktorej pozadí treba vnímať efektívnu pastoračnú starostlivosť. K tomu treba ešte doplniť pripomienku *krízových udalostí*, nových stavov a situácií, ako napr.: syndrómu „prázdného hniezda“ po odchode detí z rodiny, novej úlohy babky a dedka, zhoršeného zdravia, smrti dieťaťa, smrti rodičov a priateľov, častejšie uvedomovanie si „skrátenia vlastného času“ a blízkosti vlastnej smrti atď.

2.3.2 Pastoračné sprevádzanie a zrelosť veriaceho

Boh dal človeku život, rast a dospievanie tela, ale spolu s ním aj možnosť žiť, rásť a vyzrievať duchovne vo viere (por. Ef 4,14). Veľké postavy

cirkevných dejín venovali všestrannému rastu kresťanov zvýšenú pozornosť. Napr. John Wesley zastával a vo svojej práci presadzoval dynamický koncept kresťanského rastu v posvätenom živote, pritom sa však nevyhýbal ani biblickému konceptu dokonalosti (τέλειος) Božieho ľudu. Noe bol muž spravodlivý, bezúhonný vo svojom pokolení (Gn 6,9); Abram dostal výzvu od Hospodina, aby chodil stále pred Hospodinom a bol bezúhonný (Gn 17,1); Izrael dostal príkaz dokonale sa pridržať Hospodina (Dt 18,13) atď. Pán Ježiš vyzýva učeníkov, aby boli dokonalí, ako je dokonalý ich nebeský Otec (Mt 5,48). Bohatý mládenec sa mohol stať dokonalým, keby bol predal, čo mu patrilo, a rozdal to chudobným (Mt 19,21). Pán Ježiš prosí, aby bol Jeho ľud uvedený do dokonalkej jednoty (Jn 17,23); veriaci môžu rozoznať, čo je Bohu milé a dokonalé (Rim 12,2). Apoštoli boli dokonalí vo svojom zmýšľaní a vyzývali ostatných, aby ich v tom nasledovali (Flp 3,15); Jakub nazýva dokonalými tých, ktorí sa nepreviňujú slovami (Jk 3,2).

Aby sme však v pastorácii neurobili chybu, musíme pripomenúť, že J. Wesley neučil, že spásu je možné dosiahnuť dokonalosťou. Vo svojej rozprave O kresťanskej dokonalosti jasne hovorí, že „Boh aj dokonalú svätosť prijíma iba cez Krista“ (2005, s. 50). Učil ale, že život veriacich môže a má byť naplnený Božou láskou (ἀγάπη), ktorá pomáha človeku milovať Boha z celého srdca, z celej mysle a z celej sily a milovať blížneho ako seba samého (Mk 12,30n par.); takže si neželá nič iné, než páčiť sa Bohu a žiť podľa Jeho vôle (Schneeberger In: Wesley, 2005, s. 3). Keď John Wesley a jeho spolupracovníci na konferencii v roku 1759 diskutovali o kresťanskej dokonalosti, Wesley vysvetlil: „Znamená to, že v duši už neprebýva zloba, ktorá je v rozpore s láskou, a že všetky myšlienky, všetky slová a všetky činy sú ovládané čistou láskou.“ (Wesley, 2005, s. 28)

J. Wesley pozoroval svojich spolupracovníkov ako pastier; hovoril s nimi, hodnotil ich a vytváral podmienky, aby mohli rásť vo viere a v dokonalosti. Uvedomoval si, že ľudia „nie sú dokonalí v poznaní. Nie sú zbavení nevedomostí a omylov. V tomto živote nesmieme hľadať ani neomylného ani vševediaceho človeka. Ľudia nie sú bez slabostí, akými sú slabé, resp.

pomalé chápanie; neschopnosť pomaly myslieť či chabá predstavivosť. Slabosťou iného druhu je nedobré vyjadrovanie, chybná výslovnosť a tisícky iných nemenovaných chýb reči a správania. Nikto z ľudí nemôže dúfať, že sa ich dokonale zbaví, kým sa nenavráti k Bohu, ktorý ich dáva. Nemôžeme tiež očakávať, že v tejto dobe budeme zbavení pokúšení... Ani z tohto hľadiska niet absolútnej dokonalosti na zemi. Neexistuje dokonalosť, ktorá by dosiahla vrcholný stupeň a už nepripúšťala ďalšiu rast.“ (Wesley, 2005, s. 13)

Wesleyho úsilie o dosahovanie kresťanskej dokonalosti je to, čo sme v názve kapitoly nazvali *zrelosť*. Rast nedokonalých, prácou obťažovaných a chybiacich ľudí nemusí byť prežívaný vo frustrácii. Možno žiť v naplnení svojho vzťahu s Bohom aj s blíždymi. Je to však cesta, ktorá je pre osamoteného jednotlivca bez pomoci človeka, ktorému verí, a bez zakotvenia v spoločenstve cirkvi veľmi náročná, ak nie priam nemožná. Avšak keď sa uskutočňuje v spoločnosti sprevádzajúceho pastoračného pracovníka a s podporou uzdravujúceho cirkevného spoločenstva, dá sa zvládnuť jednoduchšie a prežívať intenzívnejšie. To platí o význame pastoračnej starostlivosti všeobecne a zároveň je to zvláštnou úlohou pri pastoračnej starostlivosti o dospelých v strednom veku.

2.3.3 Pastoračné sprevádzanie vyzretých ľudí

Ježiš je vzorom efektívneho, „profesionálneho“, t. j. „odborne spôsobilého“ poskytovateľa pastoračnej starostlivosti pre dospelých v strednom veku. Kazateľ, pastor, pastoračný pracovník by mal dorastať do kvalít Ježišovej služby, tzn., mal by sa učiť získané poznatky uplatňovať v praxi. U Ježiša však nachádzame aj odpoveď na otázku, prečo sa venovať zložitej a nie vždy vďačnej pastoračnej starostlivosti o dospelých v strednom veku. Pre Neho bolo rozhodujúce, že Ho ľudia potrebovali. Nepýtal sa na ich vek ani na iné skutočnosti.

Do našej spoločnosti sa vrylo povedomie, že pre ľudí v strednom veku vlastne vôbec nie je potrebné pripravovať špeciálne programy ani starať sa

o nich. Sú to ľudia v produktívnom veku, od ktorých sa očakáva, že budú riešiť množstvo problémov iných vekových kategórií: detí, mládeže a starých ľudí. A tak sa na potreby strednej generácie zabúda. Cirkevná pastorácia by však zabúdať nemala, pretože ani Ježiš nezabúdala. Povolanie učeníkov a práca s nimi sú príkladom toho.

Pastorálna starostlivosť sa zameriava na pomoc jednotlivcom. Najčastejšie sa realizuje vo forme osobných rozhovorov medzi štyrmi očami, niekedy sprevádzaných modlitbami. Vyžaduje si teologickú a optimálne aj psychologickú odbornú spôsobilosť. To platí obzvlášť v prípadoch, keď sa sprevádzajúci venuje vyzrievajúcim a profesijne zdatným ľuďom. Tí totiž okrem vedomostí môžu počítat aj s pomocou ľudí z cirkevného spoločenstva; tých, ktorí majú pre danú problematiku potrebné vzdelanie a s ňou spojené skúsenosti.

Pastorácia ľudí v strednom veku nie je vždy jednoduchou záležitosťou, ako nakoniec ani žiadna zodpovedná práca s ľuďmi nie je bez úskalí; preto si vyžaduje v prvom rade teologické zakotvenie pracovníka v Písme. Práve v Písme vidno, že pastoračná starostlivosť poskytovaná človekom sa môže, ale tiež nemusí podariť. Písmo poukazuje na zlyhávanie pastierov Izraela a zasľubuje dobrého pastiera (Ez 34); tiež zachytáva slová Božieho Syna Ježiša, ktorý sa vyhlásil za dobrého pastiera (Jn 10,11). Zároveň podáva výzvy, aby sme toho Pastiera – Krista – nasledovali nielen slovami, ale aj skutkami (napr. 1Jn 3,13-24). Ľudia sú v cirkvi vystavení rôznym ohrozeniam, tlakom, naháňaniu strachu. Potrebujú pomocníka, pastiera, pastoračného pracovníka, „duchovného poradcu“. Napriek týmto úskaliam by sa pastorácia nemala odstavit' na vedľajšiu koľaj, práve naopak. Pastierska starostlivosť je pre cirkev Božím imperatívom. Pastoračný pracovník má byť statočný a múdry; nesmie utekať od úloh sprevádzania, pretože: „Beda hlúpemu pastierovi, čo opúšťa stádo!“ (Zach 11,17)

Aj pri úvahách o pastorácii ľudí v strednom veku treba podčiarknuť, že v pastoračnej starostlivosti zohráva významnú úlohu osoba sprevádzajúceho (pastora, kazateľa, farára, pastoračného pracovníka). Ak

chce účinne slúžiť ľuďom v tomto veku, musí byť vybavený popri istote viery tiež určitou odbornosťou, ktorá mu dopomôže pastoračný problém lepšie analyzovať a následne presnejšie hovoriť a konať v prospech sprevádzaného.

Cirkevné spoločenstvo (skupina veriacich, cirkevný zbor, farnosť) je druhým dôležitým faktorom, pretože vytvára podporné prostredie pre pastoračiu. Je akýmsi pravidlom, že zdravý a dobre sa rozvíjajúci cirkevný zbor s množstvom rozličných služieb zároveň disponuje dobrou úrovňou osobnej pastoračnej starostlivosti o svojich členov. A, samozrejme, dá sa pochopiť, že jedna z príčin dlhodobej stagnácie zboru a neustáleho urovnávania krízových situácií a rozporov medzi členmi a návštevníkmi zhromaždenia spočíva v zanedbanej, podcenej alebo neinformovanej (intuitívnej) pastoračii podpretej iba zbožnými frázami. Spoločenstvo zboru má byť uzdravujúce, správne a citlivo vedené, nie zraňujúce, ak od neho čakáme, že bude podporným prostredím pre pastoračiu. Dobré zborové prostredie zohráva významnú úlohu aj pri prevencii ťažkých problémov ľudí v strednom veku.

Stredná generácia sa niekedy označuje ako „zabudnutá“. Nedostáva sa jej veľa pozornosti v zmysle špeciálnych podporných programov. Skôr sa od ľudí v strednom veku očakáva, že odvedú výkon, a tak stredná generácia „nemá čas“. Pre pastoračne sprevádzanie to znamená úlohu dobre motivovať a teologicky opodstatniť; vysvetliť, že posvätený, zmysluplný život kresťana v strednom veku nezávisí iba od výkonu, od prítomnosti (čo je inokedy, napríklad v prípade pastoraácie seniorov žiaduce). To, čo korešponduje s reálnym životom a s jeho problémami, stojí pred Božím súdom, resp. pod Jeho požehnaním; má zmysel aj z hľadiska večnosti a zasluhuje si duchovnú reflexiu.

Biblia nám poskytuje celý rad modelových situácií, ktoré sú aplikovateľné v pastoračii ľudí stredného veku. Sú to najmä tie oddiely Písma, kde sa riešia problémy dobrého a zlého manželstva; otázky sebahodnotenia, zmyslu života, práce, utrpenia; problematika kontaktu s deťmi a prarodičmi, otázky

duchovnej dospelosti, netrpezlivosti, fyzickej choroby, sklamaní a rôzne iné záležitosti.

Slávny švajčiarsky psychiater a vplyvný mysliteľ Carl Gustav Jung³² zdôrazňoval význam vyváženosti a harmónie v prospech kvality ľudského života. Varoval pred tým, aby sa ľudia rozhodujúcim spôsobom spoliehali na vedu a na logický úsudok, a vyzýval, aby ľudia profitovali z integrácie spirituality a z uznávania oblastí, kam ľudské vedomie nedokáže preniknúť. Výskumnou činnosťou však doložil, že väčšina ľudí vstupuje v tomto zmysle do stredného veku úplne nepripravene. Pastoračný pracovník môže preto očakávať, že jeho najdôležitejšia a v podstate nezastupiteľná úloha bude tkvieť v oblasti sprevádzania a pomoci na ceste k posväteniu a ku kresťanskej dokonalosti v Kristovej láske.

Okrem toho sa môže sústrediť aj na veci, ktoré sú ľudom síce všeobecne známe, ale v zhone života im uniká, že sa ich *tiež* osobne dotýkajú (podľa Garyho R. Collinsa, 1989, s. 206):

- chodiť na pravidelné lekárske prehliadky;
- pravidelne cvičiť a odpočívať;
- správne sa stravovať a udržiavať si nízku telesnú hmotnosť;
- vypestovať si návyk hovoriť „nie (!)“ na rôzne vonkajšie požiadavky, ktoré tak často (a zbytočne) zaplňajú časový plán;
- pokúsiť sa vyradiť niektoré aktivity a urobiť si čas na čítanie a rozjímanie;
- uvažovať o nových úlohách, resp. o aktivitách, ale len za predpokladu, že nespôsobia nový ťažký stres;
- počúvať hudbu alebo si urobiť čas na iné relaxujúce aktivity;
- odkladať kritické rozhodnutia, najmä pokiaľ sa týkajú zamestnania, bývania alebo manželstva, až do času, keď budú riadne reflektované

³² Carl G. Jung (1875 – 1961); zakladateľ analytickej psychológie.

- a prediskutované s priateľom, so zainteresovanými osobami a/alebo s pastoračným pracovníkom/kazateľom;
- vyhradiť si čas na modlitby a na pestovanie osobného duchovného života a vzťahu s Bohom.

Ako už bolo naznačené, pri pastoračnom sprevádzaní je nutné mať neustále na zreteli *budovanie čistého vzťahu*; t. j. porozumenie, prijatie druhého, zaoberanie sa konkrétnymi problémami s dôrazom na ich aktuálnosť, načúvanie, spoluprácu s rodinou a so zborom pri zachovaní mlčanlivosti o veciach, ktoré boli predmetom pastoračných rozhovorov; povzbudzovanie do duchovných náhľadov na riešené problémy.

2.3.4 Prevencia vzniku ťažkých pastoračných problémov ľudí v strednom veku

Upachtená a stále sa za niečím ženuca stredná generácia je ovplyvňovaná najmä prúdom udalostí praktického života, reflektujúc tak vysoké nároky a očakávania rodiny, spoločnosti a často aj cirkevného spoločenstva. Je viac než pravdepodobné, že riešenia hľadá spôsobmi, ktoré si osvojila cez výchovu v detstve a počas dospievania, ale tiež na základe ďalšieho osobného formovania v období ranej dospelosti. Zvyky, ktoré si vypestovala, majú tendenciu po zotrvačnosti a pôsobia na priority v osobnom manažmente času. Kresťanská výchova v predchádzajúcom živote a pravidelná návšteva podujatí cirkevného zboru dopomáhajú k účinnejšej preventívnej práci na zabránenie, či aspoň na zmiernenie ťažkých problémov ľudí v strednom veku. Uľahčujú kontakt a možnosti prevencie prostredníctvom Slova a skutkov komunity veriacich a ich služobníkov. Pastorálnu prevenciu možno rozčleniť do troch oblastí:

Anticipácia. Cirkev a jej pastoračná činnosť by nemali predstierať, že veriaci sú odteraz až do budúcnosti uchránení od problémov. Otvorené, pokojné (nie desivé!) rozhovory o možných problémoch tejto generácie pripravujú zúčastnených, aby neboli zaskočení a neuchýlili sa k rýchlym a neuváženým krokom. Preventívna činnosť by sa mala uskutočňovať periodicky a

s pozitívnym prístupom k strednej generácii. Napriek tvrdej realite života, ktorá prispieva k urýchľovaniu procesov prehodnocovania; stredný vek v mnohých oblastiach znamená stabilitu a pozitívne perspektívy (pocit bezpečia, pevného miesta, slobody, znižovania nárokov a zodpovednosti za výchovu detí, niekedy finančnú istotu, prestížne postavenie na vedúcich miestach v zamestnaní a v spoločnosti, väčšie možnosti cestovať, viac životnej múdrosti atď.). Toto v podstate veľmi pozitívne uvedomenie môže priniest' aj otvorenejšie perspektívy pre službu Pánovi v zbore aj v spoločnosti. Úlohou pastoračného pracovníka je upozorňovať na negatívne i pozitívne zmeny, ktoré môžu nastať, a stimulovať spolupracujúcich k správnym rozhodnutiam, ktoré bude možno potrebné urobiť.

Vzdelávanie. Dnes sa razí heslo, že na vzdelávanie nikdy nie je neskoro. Možno si o tom prečítať aj rovnomenný dokument Rady Európskej únie, ktorý zdôrazňuje zásadný prínos k vzdelávaniu dospelých – prostredníctvom získavania kľúčových schopností všetkými zúčastnenými –, k uplatneniu na trhu práce, mobility na súčasnom trhu práce a k sociálnemu začleneniu. Aj to je, samozrejme, dôležité a pastoračný pracovník má možnosť podporovať strednú generáciu v tom, aby sa o také programy zaujímala a vstupovala do nich. Kus významného podielu môže v tejto oblasti ponúknuť aj cirkev. Celoživotné vzdelávanie veriacich v duchovných veciach sa dá realizovať najrôznejšími spôsobmi. V ponuke bývajú konferencie pre rodiny, víkendy pre manželské páry, skupinové diskusie na vybrané témy, nedeľné školy pre dospelých, biblické hodiny, laické teologické kurzy s podporou internetu a iné. Možno tu spomenúť aj kázanie, najmä jeho aplikačnú časť, ktorá by mala pravidelne odrážať konkrétne problémy a prinášať riešenia z pokladnice biblickej múdrosti. Ak vo vzdelávacích programoch i v kázňach identifikujeme problémy ľudí v strednom veku, podávame alternatívne riešenia; prinášame pomoc a úľavu osobám, ktoré sa s nimi potrebujú vyrovnáť. Pokiaľ tieto informácie prichádzajú v podpornom, uzdravujúcom prostredí priateľskej atmosféry, dochádza prirodzene k jednoduchšej percepcii a k akceptácii kresťanských

riešení problémových a záťažových situácií, ktoré ľudia v strednom veku musia riešiť prakticky každý deň.

Na účely pastoraácie však treba zdôrazniť, že základným obmedzením, istým limitom cirkevného vzdelávania je fakt, že samo obyčajne nikoho neprivedie k novým skúsenostiam viery. Môže nanajvýš dopomôcť, aby ľudia „získali vlastné skúsenosti a na to ich môžeme vybaviť vzorovými skúsenosťami nádeje“ (Baldermann, 2004, s. 215). Nie je však žiaduce, aby dôraz na kognitívnu zložku vzdelávania úplne zakryl potrebu pneumatických skúseností; skúseností s Duchom Svätým. Aby malo vzdelávanie dospelých preventívny charakter, musí byť jasná – rovnako ako pri kresťanskej výchove a vzdelávaní detí – „moc osobnej viery kresťanského učiteľa v Boží dokonalý skutok“ (Hanesová, 2007, s. 63). Tá sa dá dosiahnuť najmä rôznymi formami prezenčného biblicko-teologického štúdia pre laikov, ako sú zborové biblické školy, letné vzdelávacie sústreďenia, školenia, kurzy a pod.

Odovzdávanie znalostí a skúseností. Stredná generácia potrebuje popri prijímaní informácií a získavaní vlastných nových zručností taktiež sama odovzdávať svoje znalosti a skúsenosti iným. Má už nahromadené množstvo životných aj profesijných poznatkov a mnohí jej členovia majú tiež buď odborné predpoklady, alebo prirodzenú schopnosť odovzdávať svoje poznanie záujmom. V preventívnej pastoraácii ide o zohľadnenie tejto skutočnosti a o úlohu pôsobiť na schopných jedincov motivačne; tak, aby prijali miesto v službe. Zbor má za úlohu postarať sa o priestorové, organizačné, niekedy aj materiálne zabezpečenie takýchto projektov. Foriem a spôsobov, ako a kde odovzdávať znalosti a skúsenosti ľudí strednej generácie iným, je mnoho. Stojí za zmienku, že také príležitosti sa aj v našich slovenských alebo v českých podmienkach dajú nájsť v cirkevných strediskách pre mládež, v strediskách kresťanskej pomoci, v práci diakonie, misijných strediskách, v rôznych zborových odboroch; v kresťanskej vydateľskej činnosti, prostredníctvom prizývaní na odborné konzultácie v staršovstvách; počas zborových dní, na výročných slávnostiach, mimoriadnych zhromaždeniach atď.

2.4 Pastoračná starostlivosť o seniorov

2.4.1 Staroba a pastorácia

Staroba je určitý vek, ktorý dosiahneme starnutím. Ide o prirodzený biologický proces, ktorým Boh zaopatril každý živý organizmus; človeka nevynímajúc. Po narodení nasleduje rast; nadobúdanie intelektuálnych schopností a telesných zručností a síl, rozvoj aktivít; neskôr však dochádza, naopak, k ubúdaniu fyzickej zdatnosti a k poklesu schopností, ktoré kedysi boli hračkou; zhoršujú sa funkcie telesných orgánov, dochádza k ich poruchám a nutnosti korekcií a často sa dostavujú aj problémy v sociálnej adaptabilite. Tieto procesy sú individuálne; nemajú u každého rovnako intenzívny priebeh. Príčinou starnutia je podľa vedcov, pravdepodobne, charakter genetickej informácie v bunkových jadrách vrátane limitovanej schopnosti delenia buniek a schopnosti odstraňovať chyby, ktoré vznikli pri výstavbe a autoregulácii organizmu.

Starnutie sa týka nás všetkých. Každý, kto bude žiť dlhšie, zostarne. Bude pozorovať aj sám na sebe, ako činnosti, ktoré ešte pred niekoľkými rokmi zvládal, dnes vykonáva s určitou námahou, resp. že ich ani s vypätím síl nezvláda. Prejavy starnutia vidí nielen u seba, ale aj u svojich známych – tí kedysi zdatní ľudia začínajú slabnúť, chradnúť a strácať životnú silu. Kedysi boli pre druhých oporou, dnes ju sami začínajú potrebovať.

Starnutie sprevádzajú rôzne druhy ochorení a zhoršenie telesných funkcií. Existuje o tom dostatočné množstvo odbornej literatúry a dostupných zdrojov na internete. Ide nielen o fyzické ochorenia; starobu občas sprevádzajú aj psychické zmeny. Patopsychológia hovorí o involúcii – starnutí sprevádzaným zánikovými zmenami v organizme, ktoré začínajú obmedzovať výkonnosť osobnosti v celej jej somatopsychickej jednote. Dochádza k involučnej depresii – sklúčenosti v starobe (resp. zo starnutia); z poklesu telesných a duševných schopností a zručností.

Staroba môže byť niekedy sprevádzaná patologickými prejavmi, ako napr. hypochondriou, slabým úsudkom, zameraním na seba vynucujúcim si neustálu pozornosť atď. Avšak, ako upozorňuje G. Collins, podľa niekoľkých odborných prehľadov najmenej polovica všetkých ľudí vo veku medzi 75. a 84. rokom života nemá žiadne zdravotné problémy, ktoré by si vyžadovali zvláštnu starostlivosť, resp. obmedzenie ich aktivít. Dokonca ani vo vyššej vekovej kategórii nad 85 rokov viac než tretina respondentov nepocítovala zvláštne obmedzenia, ktoré by sa dali pripísať zdravotnému stavu. Väčšina starých ľudí (odhaduje sa až 80 % všetkých starších ako 65 rokov) má aspoň jedno zo štyroch hlavných chronických ochorení vyššieho veku – artritídu, vysoký krvný tlak, slabší sluch alebo srdcové ochorenie. To sú však fyzické obmedzenia, ktorým sa mnohí ľudia prispôbia bez zásadných zmien vo svojich aktivitách či v životnom štýle (Collins, 1989, s. 215).

Určiť, kedy vlastne staroba začína, je nesmierne ťažké vzhľadom na individuálne rozdiely. Staršie pastoračné príručky a slovníky uvádzali ako začiatok seniorského veku vek päťdesiatpäť rokov; novšie, v zhode s gerontológiou (podľa gréckeho γερών = starec), za biologický začiatok staroby považujú vek šesťdesiat rokov. Obdobie medzi 60. až 74. rokom života jedinca označuje gerontológia za začínajúcu starobu. Vlastnú starobu potom kladie do rozpätia 75 až 89 rokov. Pre vek od 90 rokov vyššie býva používaný termín dlhovekosť³³. Používajú sa aj iné pomocné delenia, napr. na dve obdobia: (55)/60 – 75 rokov ako mladší seniorský vek a 76 rokov a viac ako starší seniorský vek.

³³ „Ľudia na Slovensku žijú stále o štyri roky kratšie ako je priemer v EÚ. Počet dlhovekých rastie však aj u nás. V roku 2060 by storočných mohlo byť 5200.“ Podľa: <http://domov.sme.sk/c/7078473/storocnych-raz-budu-tisice-starnutie-populacie-moze-byt-znicujuce.html#ixzz40VpSiNwC> (2016-02-18)

2.4.2 Biblia a staroba

V Biblii nachádzame správy o ľudoch starých vekom, spomedzi ktorých najvyšším vekom vyniká Metúšelach (Matuzalém – dožil sa 969 rokov – Gn 5,27), ale aj ďalší patriarchovia (nielen v Gn 5) sa dožili úctyhodného veku nad 100 rokov. Žalm 90 v 10. verši však zaznamenáva: „Počet našich rokov býva sedemdesiat, pri väčšej sile aj osemdesiat; ich pýchou je len lopota a strasť, rýchlo sa pominú a my odlietame.“

Starý zákon obsahuje výzvy úcty k starým ľuďom, napr. Lv 19,32: „*Pred šedinami povstaň, starca si ucti a svojho Boha sa boj. Ja som Hospodin.*“ Sám Hospodin ako Sudca sveta má v súlade s Dan 7,9 titul podľa rôznych prekladov „*Starec dní*“, „*Odveký*“, „*Vekový*“. V Starom zákone sa krutosť k starcom považuje za znak skazenosti, ako napr. v Dt 28,50: „*Národ krutej tváre, ktorý nebude brať ohľad na starca...*“ (Porovnaj s Iz 47,6.) Múdrosť starcov je však považovaná za dar od Hospodina, nie je prirodzeným dôsledkom skúseností nadobudnutých vekom: „*Som rozvážnejší než starci, lebo plním tvoje rozkazy.*“ (Ž 119,100 porovnaj s Jób 12,20: „... starcov zbavuje súdnosti.“)

Aj v biblických časoch sa stávalo, že starší ľudia boli vystavení odmietnutiu a frustrácii. Napriek uznávaniu rastu múdrosti s vekom; predsa sa žalmista modlil: „*Ani keď zostarnem a zošediviem, neopúšťaj ma, Bože...*“ (Ž 71,18) Snáď najjasnejšia výpoveď o veku sa nachádza v Koh 12. Dni môžu byť zamračené, sila zlyháva, často niet čo robiť; zrak a sluch slabnú, strach rastie a vedomie blízkosti smrti je intenzívne. Nie je to však zúfalstvo, ide skôr o realistické konštatovanie. Zároveň je jasné, že nájsť zmysel života je možné aj v tomto veku, – keď sa človek bojí Boha a zachováva Jeho prikázania. Potom starší muži skutočne môžu byť „*triezvi, úctyhodní, uvážliví, zdraví vo viere, láske, vytrvalosti*“, ako to žiada epištola Títovi, a tak môžu byť v cirkvi spolu so staršími ženami, ktoré sa „*správajú tak, ako sa patrí na svätých: neobovárajú, nie sú zotročené mnohým vínom, učia to, čo je dobré*“ (Tít 2,2-3). To je obraz nádeje, ktorú by malo veriace spoločenstvo vyžarovať. Pre pastoračné sprevádzanie tieto biblické výpovede znamenajú, že nemá inú možnosť, než

starcov a starenky prijímať, rešpektovať, milovať; starať sa o nich a spolu s nimi pracovať na zvelebení Kristovho tela – Cirkvi.

2.4.3 Čakať a radiť alebo intervenčne napomínať?

Medzi pastoraálnymi teológmi a praktikmi sa vedú diskusie o tom, ako poskytovať pastoračnú starostlivosť seniorom: Treba aktívne vstupovať do ich života na základe mandátu duchovného a ponúkať pomoc, alebo je lepšie vyčkať, kým senior sám požiada o pomoc?

Ak pastoračne sprevádzame pravidelných návštevníkov bohoslužieb a iných cirkevných aktivít, starostlivosť a potrebné rady získavajú seniori spolu s ostatnými účastníkmi iných vekových kategórií primárne už v cirkevnom zbore. Pastoračné sprevádzanie má na čo nadväzovať a seniorom pomáha naplňať v súkromí to, čo naživo „ochutnávajú“ v spoločenstve veriacich. Vo väčšine prípadov nemusí sprevádzajúci nijako intervenovať; stačí, aby trpezlivo načúval, čakal a niekedy poradil. Ak má dôveru, sprevádzaný ho požiada aj o radu.

Intervenčné spôsoby pri sprevádzaní (vrátane prísneho biblického napomínania) sú vhodné vtedy, keď ide o ohrozenie života alebo majetku či cenných vzťahov, ktoré senior má. Násilný, nevyžiadaný vstup do procesu pomoci ľuďom je nutné chápať ako krízový.

2.4.4 Výzvy na sprevádzanie seniorov

Staroba má svoje pastoračné špecifiká podobne ako iné vekové kategórie. Ak nie sú rešpektované, zanechávajú dôsledky. Problémy seniorov, ktoré si najčastejšie vyžadujú pastoračnú starostlivosť, majú zvyčajne súvislosť s vyrovnávaním sa s psychosociálnymi zmenami. Medzi najčastejšie patria:

- odchod do dôchodku a zmeny v každodennom režime,
- prispôsobenie sa novému spoločenskému postaveniu,
- zmenené, spravidla obmedzenejšie finančné možnosti,

- prest'ahovanie sa do menšieho bytu, k deťom, do domova dôchodcov a pod.,
- zvýšená závislosť od iných ľudí,
- vyrovnávanie sa so smrťou a zármutkom.

K tomu pristupujú aj starosti o fyziologické zmeny, o životosprávu, spojené s možnosťou venovať sa záľubám (koníčkam); ďalej potreba „mať človeka“, cítiť zmysel vlastného života a ďalšie veľmi vážne otázky. V mnohých prípadoch pastoračný pracovník nemôže účinne pomôcť bez spolupráce s odborníkmi na konkrétnu oblasť len za duchovnej či fyzickej spoluúčasti členov cirkevného zboru.

2.4.5 Duchovné rozhovory so seniormi

Veľa seniorov na začiatku tohto obdobia ešte pravidelne pracuje v zamestnaní, ale odchod do dôchodku sa blíži. Keď nastane, viacerí majú ťažkosti s vyplnením času, a to najmä tí, ktorí si počas života nevytvorili žiadne iné väzby okrem zamestnania; taktiež však tí, ktorí sa nikdy nevenovali žiadnemu hobby.

Jednou z primárnych otázok duchovného charakteru, ktorú si seniori kladú a o ktorej sú ochotní so sprevádzajúcim aj diskutovať, býva otázka *významu ich celoživotného povolania a práce*. Malo to, čo som robil, nejaký význam aj z hľadiska zmyslu môjho života v spoločenstve ľudí, kam ma Boh postavil? Z odborných prameňov sa dozvedáme, že veľké percento respondentov vo výskumoch medzi seniormi na dôchodku uviedlo, že ani v tejto životnej etape neprestáva mať záujem o „svoju“ prácu a firmu. Sprevádzajúcemu sa odporúča, aby poukazoval na dobrovoľníctvo ako na možný spôsob participácie na práci pre spoločnosť, ktorú dôchodca už nevykonáva a nie je za ňu platený, ale nosí ju vo svojom srdci. Mnohé zručnosti totiž zostali a takto môžu byť aj využité. Dobrovoľníctvo sa však môže týkať aj iných oblastí a aktivít, ktoré sú tým pôvodným blízke. Tým sa značne eliminuje strata primárneho zdroja významu, identity. Cirkevný zbor tu môže sprostredkovať inde nedostupné riešenia.

V spoločnosti orientovanej na prácu sa ľahko dostáva na pretras aj otázka ospravedlnenia iba vierou (Rim 5,1; Ef 2,8-10). Pri sprevádzaní sa stretávame s názorom, že „Boh videl všetku tú drinu a námahu a nie je možné, aby to nepripočítal ‚k dobru‘ sprevádzaného“. Úlohou sprevádzajúceho je napomôcť seniorov vidieť význam ich práce v prospech blízkych, avšak nenárokovat' si u nich osobitné privilégium za svoje zásluhy. Každý zo zodpovedne žijúcich ľudí vytvoril hodnoty, o ktoré sme bohatší. Preto ponímame druhých ako rovnocenných. Všetci sme spasení hriešnici na základe obety Ježiša Krista, ktorú si vierou privlastňujeme. Naša práca nie je tým, prečo nás Boh alebo ľudia prijímajú.

Povolanie a práca bola vhodne cielená investícia životnej energie. Potom prišla staroba a obmedzenie výkonnosti, resp. schopnosti vykonávať zložitejšie činnosti. Táto realita však nemusí vždy nutne znamenať koniec aktivity a trpké čakanie na koniec života. V židovskej tradícii sa na starobu pozeralo ako na šabbat života; šabbat tu ale neznamenal nečinnosť, lež príležitosť robiť to, čo predtým nebolo možné a čo sa Pánu Bohu páči, ako napr. intenzívnejšie študovať Písmo či venovať sa etickým otázkam spoločnosti. Postihnutý senior žijúci v ústave sociálnej starostlivosti môže objaviť nový rozmer zmyslu svojho života v tom, že sa bude modliť a povzbudzovať ľudí, ktorí prichádzajú (často so zbytočnou ľútosťou) na návštevu.

Inou dôležitou teologickou otázkou je naša konečnosť. Keď sa človek dostáva do seniorského veku, nevyhnutne prichádza na to, že sa mu postupne zužujú možnosti výberu. V predchádzajúcom období života sa zdalo, že existuje takmer neobmedzené množstvo všakovakých možností, je len záležitosťou priority, čo si vyberie. S pribúdajúcim vekom sa táto škála zmenšuje a mnohé z toho, čo sa v mladosti ponúkalo, je teraz potrebné buď odmietnuť, alebo prijať v modifikovanej podobe. Je zrejmé, že to súvisí s rozličnými ohraničeniami, limitmi (telesnými, finančnými, spoločenskými, profesijnými a tiež s duchovnými). Duchovnou úlohou sprevádzajúceho je, aby pomohol seniorovi zorientovať sa v tomto zúženom výbere, niekedy aj

nájsť celkom nové hodnoty transcendujúce existujúce obmedzenia a pomáhajúce objaviť nový rozmer služby a sebarealizácie človeka.

K otázke konečnosti sa pridružujú *strach zo smrti a úzkosť z nebytia*. Paul Tillich (1973, s. 44 – 45) hľadá na strach a úzkosť vo vzájomnej závislosti, avšak pripomína rozdiel: Strach má určitý objekt, úzkosť žiadny objekt nemá. Mat' strach z umierania je, isteže, možné, no už samotná myšlienka na nebytie (smrť) podnecuje úzkosť. Strach z umierania je prirodzený a často vyvolaný skúsenosťou sprevádzania zomierajúceho v posledných dňoch jeho života. V takýchto prípadoch je potrebná rada odborníka lekára, aby niektoré veci objasnil a strach z neznámeho mohol poľaviť. Pokiaľ ide o úzkosť z nebytia, pastoračnému pracovníkovi sa otvára možnosť duchovného rozhovoru a témy na hlbšie porozumenie významu vzkriesenia a večného života (1Kor 15,51-58) a nemennej Božej lásky (Rim 8,35-39), ktorá nás sprevádza na večnosť, zostávajúc najväčšou hodnotou spolu s vierou a nádejou (1Kor 13,13).

Seniorský vek občas prináša *zvrat ideálov a hodnôt*, tak veľmi oceňovaných v mladosti. V prvej polovici života sa u človeka rozvíja osobnosť, kariéra; v tom čase si dnešní seniori zabezpečovali svoje miesta v spoločnosti, plodili deti a starali sa o ich výchovu. Naproti tomu významnou skutočnosťou druhej polovice života je odvracanie sa od zamerania na vonkajší svet a príklon k rozvoju vnútorného sveta. Prejavuje sa snaha o hlbšie porozumenie a vnímanie duchovných, estetických a kultúrnych hodnôt. Ak seniorom chýba viera, resp. ak seniori nedostávajú pastoračnú starostlivosť, môže ich tento zvrat viesť do pocitov prázdnoty k dlhotrvajúcemu *napätiu integrity a beznádeje*. Kladný výsledok zápasu prináša životnú múdrosť; informovaný a nezávislý záujem o život sám tvárou v tvár smrti. Negatívny výsledok onoho zápasu je beznádej, znechutenie, pohrdanie, trpké odmietnutie vlastného miesta v živote – odmietnutie seba ako toho, ktorý skončil a niet mu pomoci.

2.4.6 Podporné prostredie pre starostlivosť o seniorov

R. Badenas pripomína, že ak obdobie dôchodku vnímame ako zmenu aktivity, možno ho prežiť oveľa užitočnejšie, než keď je vnímané iba ako kompenzácia za vykonanú prácu alebo len ako „zaslúžený odpočinok“ (2015, s. 157). Zápasy seniorov kladú pred sprevádzajúceho do popredia záujmu *význam aktivity* – rozumej: význam toho, čo v živote zakúsili, a význam prerozprávania (interpretácie) týchto skúseností jednak sebe samým, ale taktiež druhým ľuďom. Občas sa takým „žitím v minulosti“ pohrda, ale v skutočnosti revízia života jednotlivca môže zohrať významnú úlohu a stať sa integrujúcim faktorom. Je to forma adaptácie, prostredníctvom ktorej sa proces vyrovnávania sa s fyzickou indispozíciou oživením príbehov dokumentujúcich jeho či jej silu v mladosti väčšinou zdarí. Podobne aj schopnosť uzdraviť sa z choroby či únik pred hroziacim nebezpečenstvom a pod. sú ňou podmienené. Táto aktivita je takmer univerzálne aplikovateľná a nevyžaduje si ani vynikajúcu telesnú dispozíciu seniora.

Seniori, ktorí subjektívne nepocitujú významné telesné obmedzenia a už nemôžu z nejakého dôvodu pracovať, často trpia. Zodpovedná pastoračná starostlivosť sa preto venuje aj hľadaniu možností, ako seniorom poskytnúť aktívnu službu. Bolo už naznačené, že dôležitú úlohu pri zvyšovaní kvality života seniorov môže zohrať dobrovoľníctvo. V našich pomeroch nie je ľahké nájsť veľa príležitostí na dobrovoľníctvo pre seniorov. Tu však dostáva príležitosť cirkevný zbor so svojím podporným prostredím. Sprevádzajúci sa môže pokúsiť kreatívne zabezpečovať činnosti v zbore alebo v cirkevných organizáciách, niekedy priamo v službe iným starším osobám (v sociálnych zariadeniach, plánovanými návštevami, nákupmi...). Taktiež býva vhodné pozývať seniorov ako poradcov pri tvorbe rôznych projektov, viesť cirkevné kroniky, záznamové knihy bohoslužieb, poprípade spočítavať zbierky alebo aj viesť zborové účtovníctvo, pomáhať pri strážení detí alebo pri vytváraní spoločnosti osamelým ľuďom. Vo všetkom tom platí, že *osobné a pastierske vzťahy sú ešte dôležitejšie než prosté poskytnutie priestoru pre aktivitu.*

Iným dôležitým prvkom podpory pastoračného sprevádzania seniorov sú *rodinné vzťahy*, najmä práca s dospelými „detmi seniorov“. Ak sú v dosahu pastoračnej starostlivosti, je možné a potrebné s nimi hovoriť o autonómnom rozhodovaní seniorov v otázkach zdravotnej starostlivosti, financií, bývania i organizácie života vôbec. Potrebujú rodinné zázemie, kde sú rešpektovaní. Rodina seniorov pomôže otvoreným prostredím s vrúcnyimi vzťahmi, ktoré možno dlhodobo rozvíjať, budovať.

Treba tiež pripomenúť vynikajúci nástroj v rukách cirkvi – kázanie Božieho posolstva. Božie slovo zvestované z kazateľnice otvára oči pre potreby všetkých a môže účinne viesť k vyznávaniu viny, hnevu a frustrácie z neschopnosti mať a pestovať primerané vzťahy. Kázanie môže vytvárať sväté spoločenstvo, ktoré má uzdravujúce atribúty, a tak sa stáva mocnou paradigmou aj pre seniorov: ideál nemá samo v sebe, ale v druhom; meradlom toho, čo je ľudské, nie je rovnakosť, ale rozdielnosť; sväté a sekulárne nestoja v príkrom rozpore, ale sú komplementárne; nevyháňa sa všetko cudzie; každý človek je významný, veľký a má svoju dôstojnosť; veci nie sú dané, ale môžu a majú sa meniť; Boh nie je uzatvorený v našom systéme, ale stojí nad ním; hodnota každého jednotlivca spočíva v tom, že je; všetci sme si rovní a vzájomne sme od seba závislí; neexistujú striktné dané zákazy a príkazy, ale skôr otázky a hľadanie odpovedí; k stvorenému možno pristupovať kreatívne atď. Také sväté prostredie môže privádzať k pokániu a vytvárať vzťahy naplnené vedomím vzájomných práv a ich rešpektovania (Ef 6,1-4).

Pastorácia seniorov nemôže prehliadať skutočnosť, že pre staršie osoby má nesmierny význam *spôsob bohoslužby*. Slovo, sviatosti, miestna tradícia, hudba – to všetko dostáva s pribúdajúcim vekom stále hlbší rozmer a miesto v mysli a srdci veriaceho návštevníka zhromaždenia. Bohoslužobná prax predchádzajúcich rokov sa nezmazateľne vryla do povedomia seniora. Cirkevné obrady a ich postup (liturgia) reprezentujú, predstavujú (či zastupujú) kontinuitu a stálosť Božej prítomnosti uprostred strát a zmien.

Pokiaľ ide o osoby, ktoré pre svoje obmedzenia nemôžu prichádzať na bohoslužby, veľký význam získavajú návštevy zástupcov zboru, najmä zodpovedného duchovného (farára, kazateľa, správcu zboru), a konanie domácich bohoslužieb so svätou Večerou Pánovou. Pripomínajú starostlivosť celého spoločenstva a Božiu lásku a milosť, ktoré idú za človekom, prinášajúc spásu (Tít 2,11).

2.4.7 Ciele pastoračného sprevádzania seniorov

Čiastkových cieľov pastoračnej starostlivosti môže byť toľko, koľko problémov sprevádzajúci v živote sprevádzaného rozpozná. Všeobecným cieľom je byť so seniorom a pomáhať mu lepšie prežívať Bohom daný čas života. Jadrom pastoračnej starostlivosti je pomáhať ľuďom, aby sa vyrovnali so svojimi duchovnými potrebami a nachádzali svoju duchovnú celosť (Clinebell, 1984, s. 103 – 137). To ľudia často nevidia alebo nechcú pripustiť. Neuvedomujú si, že každý ľudský problém má aj svoj duchovný rozmer. Určitý potenciál alebo šanca je v tom, že veriaci seniori častejšie bývajú naklonení duchovným rozhovorom.

Vo všeobecnosti ide v pastoračii o to, aby sa každý stále učil *porozumieť sám sebe*. Kto som vo vzťahu k svojmu Stvoriteľovi a Spasiteľovi a aký má so mnou plán? Keď si človek už len začne klásť tieto otázky, prešiel už kus cesty smerom k svojmu sebazpoznaniu a vnútornému uzdraveniu. Ďalším čiastkovým cieľom je *zlepšovanie komunikácie* s Bohom a s ľuďmi. Z rôznych príčin sa stáva, že starí ľudia nie sú schopní alebo ochotní komunikovať s Bohom ani so svojím okolím. Komunikovať však pritom znamená spoznávať aj seba. Sprevádzajúci môže pre každého, kto spolupracuje, vykonať mnoho pozitívneho, keď sa mu podarí komunikáciu zlepšiť. Nejde však len o to, aby senior mal s kým hovoriť; potrebná je najmä reflexia, pretože ku komunikácii dochádza vtedy, keď je vzájomná odozva. V niektorých prípadoch bude potrebné poukázať na *význam načúvania*, aby dochádzalo ku skutočnej komunikácii! (Iz 30,15; Jk 1,19)

Iným dôležitým pastoračným cieľom je prebudenie opätovného záujmu, resp. podpora existujúceho záujmu seniorov o *vzdelávanie*. Takmer všetko v živote sa človek nejako naučil. Čítanie, štúdium vhodných odborne zameraných materiálov aj Biblie samotnej pomáha odstupovať od zlého a prikloniť sa k dobrému. Ak ide o sebanájdienie, a tým o zvýšenie kvality vlastného prežívania, iste sa to odohráva účinnejšie v podpornom prostredí odhaľovania svojich schopností aj limitov a ďalšej optimalizácie potenciálu v človekovi. Seniori majú tendenciu túto skutočnosť podceňovať a poukazovaním na vysoký vek a ukončený profesijný život problematizovať význam svojho ďalšieho vzdelávania. Sprevádzajúci duchovný urobí veľký kus práce, keď sa mu podarí motivovať seniora, aby sa opäť v primeranej forme zapojil do vlastného vzdelávania.

2.4.8 Na čo treba osobitne dbať

Neponáhľať sa. Ľudia, ktorí majú výraznú schopnosť sústrediť sa na určitý problém, mávajú v pastoračii sklon „rýchlo a úspešne“ ukončiť rozhovor. S tým ale súvisí určitá tendencia prepočúť, čo má sprevádzajúci počuť; totiž celú šírku a hĺbku toho, čo sprevádzaného trápi. Nato, aby bola pastoračia úspešná, je všeobecne potrebné rezervovať si *dostatok času*. O pastoračii seniorov to platí dvojnásobne. Keďže všetci zápasíme s využitím času, pastoračiu treba postaviť medzi priority; inak sa môže z dôvodu nedostatočnej časovej dotácie stať, že sa očakávané výsledky nedostavia. Určité rozčarovanie sa potom stane ťažkým problémom a tiež príčinou upustenia od výkonu tejto prepotrebnej duchovenskej činnosti.

Zachovávať ľudskú dôstojnosť. Pri pastoračii seniorov, ale aj v ostatných ďalej uvedených prípadoch (choroba, smrť, pastoračia pozostalých), si treba vždy dopredu ujasniť, o čo ide. Je rozdiel medzi tým, keď sa pastor vydá na návštevu bez konkrétného pastoračného cieľa, a tým, keď sa vyberie riešiť nejaký konkrétny problém. S tým súvisí napr. aj to, či je potrebné zo stretnutia vylúčiť prítomnosť iných ľudí, alebo je, naopak, prítomnosť konkrétnych osôb žiaduca, alebo na tom nezáleží.

Hoci sa reformácia od praxe ušnej spovede odklonila, treba zdôrazniť, že pastoračná starostlivosť si diskretnosť a mlčanlivosť vyžaduje ako jednu zo základných podmienok jej úspešného priebehu. Súvisí to s dodržiavaním istého etického kódexu pastoraácie. Rozhovory neslúžia pastorovi na uspokojovanie vlastnej (alebo manželkinej) zvedavosti a nemôžu sa stať predmetom diskusií o osobe, ktorej rozprávanie treba uchovávať v najprísnejšej tajnosti. Pastoračná činnosť je vždy zameraná na pomoc konkrétnemu človekovi a vychádza z potreby jeho záujmov, na základe jeho slobodného rozhodnutia a vzájomnej spolupráce. Sprevádzajúci pastor (farár, kazateľ, pastoračný pracovník) vystupuje ako načúvajúci a zároveň ako duchovný poradca. Hoci osoby v duchovnom poradenstve zasahujú v rôznych úlohách, predsa neexistuje nadradenosť jedného a podradenosť druhého v priebehu duchovných rozhovorov. V duchu Písma máme pokladať „druhého za väčšieho od seba“ (Flp 2,3). Každý muž a každá žena boli Bohom stvorení, aby boli Jeho obrazom (Gn 1,27). V duchovnom poradenstve dochádza k interakcii, ktorá pomáha oboom stranám lepšie naplniť tento zámer Stvoriteľa vo vzájomnej dôstojnosti a v preukazovaní si vzájomnej úcty. Preto nie sú na mieste žiadne triky, účelové klamstvá, nepravdivé vykresľovanie udalostí a podobne. Pastoračná činnosť sa musí vyznačovať zodpovednými prístupmi, osobnou profesionalitou duchovného poradcu a láskou bez pretvárinky (Rim 12,9). Duchovný poradca, ak chce úspešne pomáhať, nesmie kategorizovať ľudí („telesný“; „flegmatik“; „nezodpovedný“). Nerešpektovanie osobnosti a jeho špecifickej životnej cesty a momentálnej situácie nemá nikto rád a je prekážkou pastoraácie.

Neodsudzovať! V duchovnom poradenstve sa často stretávame s hriechom, alebo s neobvyklým správaním ľudí. Seniori nie sú výnimkou! Ak chceme skutočne pomáhať, nie je možné začať tým, že budeme „kázať mravy“ a rýchlo odsudzovať všetko, čo sme posúdili ako hriech. Výsledkom takéhoto počinania býva, že sprevádzaný obmedzí okruh objasňovaných vecí, zamlčí určité okolnosti a potom sa uchýli k prejavu: hovoriť iba to, čo „by sa za daných okolností malo“; totiž iba to, čo odhadne pre uši pomáhajúceho ako vhodné a bezproblémové. Pán Ježiš síce nikdy neprehliadal hriech, ale

hriešnikov okamžite neodsudzoval; chcel im pomôcť a nie ich zahnať do úzkych a následne k pokryteckým postojom. Jeho cieľom bolo, aby ich zbavil hriechu, aby pomohol ľuďom žiť nový a slobodný život, ktorý si váži priestor, čo Boh dal, a v ktorom sa človek cíti bezpečne (Jn 8,11-12). Sprevádzajúci musí postupovať obdobne; prázdne a lacné *odsudzovanie spravidla nikomu nepomôže*. Skôr je prejavom uspokojenia vlastnej túžby vyniknúť na úkor druhého.

Spolupracovať. Sprevádzajúci sa môže cítiť v pozícii nadradeného, čo vedie k dominancii a k ovládaniu (manipulácii) sprevádzaného. Sprevádzajúci sa môže obrnúť proti takým sklonom tým, že si opakuje biblické poučenie, že sme všetci okúsili hriech, ktorý nás vzdialil od Božej slávy (Rim 3,23); musíme s ním zápasit' a potrebujeme externú pomoc: Božiu i ľudskú. Aby mohlo dôjsť k potrebnej interpretácii toho, čo sa deje vo vnútri človeka, musíme v pokore načúvať a vytvoriť ovzdušie dôvery, kde dochádza ku skutočnej interakcii. G. Collins hovorí, že „sprevádzajúci a sprevádzaný musia *pracovať ako tím*, v ktorom sprevádzajúci slúži ako tréner, ktorého konečným cieľom je stiahnuť sa z ihriska.“ (Collins, 1989, s. 27)

Pri spolupráci je nutné postupne *vybudovať vzťah*. Mnohí sa obávajú ísť so svojím problémom k farárovi, kazateľovi, pod ktorého kazateľnicou roky sedávali. Majú rôzne predsudky či obavy z otázok; boja sa osobného rozhovoru so „svätým“ mužom alebo ženou. Veriaci seniori niekedy viac trpia než ich neveriaci vrstovníci, pretože počúvali čosi o svätosti, ktorá akoby vylučovala to, aby mali problémy; a ak ich majú, majú pocit osobného a duchovného zlyhania.

Kto chce pomáhať, mal by sa týmito obavami seniorov zaoberať a nepodceňovať ich. Ak dôjde k pastoračnému stretnutiu, môže sa priučiť od psychoterapeutov, ktorí vyzdvihujú význam „terapeutickej klímy“. Vhodná klíma vzniká tam, kde je vrelosť, rýdzosť a empatia. *Vrelosť* zahŕňa starostlivosť, záujem, rešpekt podľa vzoru Ježiša v rozhovore so ženou pri studni (Jn 4). Bola iná, majoritou neprijímaná; nestála na morálnych výšinách, Ježiš jej minulý život neschvaľoval, ale predsa v Jeho očiach bola

osobou hodnou rešpektu; to vyžarovalo z Jeho slov. Žena túto úctu spoznala a Jeho pomoc prijímala. *Rýdžost'* sa vzt'ahuje na toho, kto pomáha; nemôže sa hrať na niekoho iného, než kým v skutočnosti je; musí zostávať sám sebou. *Empatiou* sa rozumie schopnosť spolicítiť s druhým, vžiť sa do jeho situácie. Do situácie druhého sa nám nikdy nepodariť vstúpiť úplne, ale je pravdepodobné, že duchovná pomoc bude účinnejšia, ak sa o to pokúsime hneď na začiatku budovania vzt'ahu s cieľom spolupracovať v pastoračnom procese.

Nepripustiť nadvládu emócií. Existuje jemná deliaca čiara, ktorá je medzi duchovnou starostlivosťou, záujmom o človeka a prílišnou angažovanosťou sprevádzajúceho, ktorá mu napokon môže zabraňovať v účinnom pomáhaní. To sa zvyčajne stáva, keď má sprevádzaný podobné trápenia, s akými zápasí aj sprevádzajúci. Emócie, ktoré sa dostavujú, môžu začať vládnuť a znemožniť objektívne posúdenie vecí; môžu tiež zredukovať efektivitu, ba dokonca úplne znemožniť duchovné poradenstvo. Ak s tým má kresťanský duchovný pracovník problém do takej miery, že prestane byť objektívny, je lepšie urobiť všetko preto, aby našiel iného pastoračného pracovníka, ktorý bude vystupovať prirodzene a pridrží sa skôr odborných vedomostí, než svojich pocitov. Nehrozí mu bezprostredne to, že sa dostane do defenzívy, alebo do postavenia manipulovaného, čo tiež zabraňuje v účinnom kresťanskom pomáhaní. Potrebuje dostatok duchovných aj telesných síl na zvládnutie mnohých prekážok, z ktorých veľmi častou je rezistencia. V pastoračnej starostlivosti o seniorov sa stretávame s tým, že sprevádzaný očakáva rýchlejšiu úľavu. Potrebný je však dlhší čas; chýba trpezlivosť, znižuje sa ochota spolupracovať a následne sa ukazuje menej a menej výsledkov. Sprevádzaný sa na sprevádzajúceho obracia so svojou frustráciou; tvrdí, že mu nikto nemôže pomôcť, čo zahŕňa aj práve toho konkrétneho človeka, ktorý mu pomáha. (Možno si to ani neuvedomuje!)

Sústrediť sa. Pomáhať ľuďom si vždy vyžaduje plné sústredenie a duchovná pomoc seniorom si ho vyžaduje dvojnásobne. Je tiež žiaduce, aby sprevádzajúci svoje sústredenie navonok vyjadril. Vhodným spôsobom

takéhoto vyjadrenia je predovšetkým *očný kontakt*; prezrádza záujem a porozumenie. Nutné je však vylúčiť dlhé, upreté pohľady (privádzajú do rozpakov). O koncentrácii na rozhovor mnoho prezrádza aj *držanie tela*. Odporúča sa mierne naklonenie smerom k sprevádzanému. No a nesmieme zabudnúť ani na *gestikuláciu*. Primeranými a prirodzenými gestami zvýrazňujeme svoju pozornosť a sústredenosť. Pozor však na nevhodnú gestikuláciu, ktorá sústredenie znemožňuje a pozornosť od témy rozhovoru odvádza!

Načúvať. Načúvanie seniorom môže byť vzrušujúce alebo náročné. V mnohom závisí od schopnosti poskytovateľa pastoračnej starostlivosti, do akej miery učiní načúvanie aktívnym procesom, ktorý si vyžaduje:

- schopnosť sprevádzajúceho odložiť vlastné konflikty, predpojatosti a vlastné starosti, a koncentrovať sa na to, čo sprevádzaný hovorí;
- vyhnúť sa verbálnym aj neverbálnym prejavom nesúhlasu alebo odsudzovania toho, čo senior hovorí, aj keby sa to týkalo priamo sprevádzajúceho;
- používať zrak aj sluch, aby sa už z tónu hlasu, držania tela, posunkov, výrazu tváre a iných neverbálnych záchytných bodov dalo vycítiť, o čo ide. (Každý, kto komunikuje svoje zážitky a skúsenosti alebo vnútorné stavy a pocity, má tendenciu určité veci z hovoru „odfiltrovať“.)
- počúvať nielen to, čo senior hovorí, ale vnímať aj to, čo vynechal;
- trpezlivo vyčkať vo chvíľach, keď senior prerušil reč, aby pozbieral odvahu znova začať a podelil sa aj o ťažké a bolestivé veci. Neblúdiť očami po miestnosti; uvedomovať si, že seniora možno prijať napriek nestotožneniu sa s prezentovanými pseudohodnotami alebo falošným očakávaním. Ježiš prijal ženu, ktorá sa dopustila cudzoložstva, hoci jej správanie neschvaľoval (Jn 8,1-11). Sprevádzajúcemu môže dodať silu, keď si predstaví seba v situácii človeka, ktorému pomáha.

Plánovať. Pri načúvaní sa sprevádzajúci postupne zoznamuje s podstatou toho, čo sprevádzanému prekáža a začína plánovať. Zvažuje určité veci: Ako sa môže senior, ktorý sa mi zveruje, zmeniť? Je niečo, čo sa dá urobiť,

aby sa situácia zlepšila? Alebo sú tu určité veci, ktoré treba jednoducho prijať, pretože sa zmeniť nedajú? Sú tu hriechy, ktoré musí senior vyznať? Je niečo, čo musí urobiť ako ovocie pokánia, aby mu bolo možné pomôcť? Musí napraviť niektoré vzťahy? Je potrebné, aby dosiahol určité ciele, niečo sa naučil alebo vyskúšal? ... atď.

Dat' odpoveď. Sprevádzajúci musí predovšetkým načúvať; predsa však príde chvíľa, keď musí reflektovať vypočutý príbeh so všetkým, čo sprevádzaného teší alebo trápi. Ježiš vedel ľuďom, ktorí Ho potrebovali, načúvať (porovnaj Lk 24,13nn), viedol ich k tomu, aby sami odhalili podstatu problému, ale vedel dať aj jasnú odpoveď v rôznych pastorálnych situáciách, ako nám ich popisujú evanjeliá. Podľa vzoru Zakladateľa cirkvi je úlohou duchovného v prvom rade *viest' rozhovor* v nádeji, že sprevádzaný sám odhalí podstatu svojho problému a že túto skutočnosť vysloví. Keď senior hovorí, ale po chvíli nevie, ako ďalej, je vhodné stimulovať jeho ďalšie rozprávanie otázkami typu: „Čo sa stalo potom?“ „Povedzte mi, čo máte na mysli, keď hovoríte...?“ Otázkami môžeme seniorovi nielen pomôcť hovoriť ďalej, ale aj sám sa môže pri vhodných dopĺňujúcich otázkach dostať k riešeniu problému, čo je veľmi žiaduce. Keď totiž vie správne slovami postihnúť svoj problém, mnohokrát je vec vyriešená. Dopĺňujúce otázky však nemožno klásť veľmi často (napr. po každej vete!). Vníma sa to ako „chytanie za slovo“. Po určitej odmlke po dlhšom rozprávaní seniora je dobré zhrnúť, čo sme počuli, a sumár vlastne tiež môže obsahovať nielen analýzu problému, ale i toho, čo rozprávajúci musel prežívať, cítiť. Ak v rozhovore chýbali niektoré oblasti, možno na ne upozorniť otázkou („Povedzte mi, prosím vás, niečo o svojom manželstve.“ „Čo vám spôsobuje bolesť?“ „Cítite sa šťastný?“ ... atď.). Obyčajne sa však *vyhýbame otázkam typu „Prečo...?“* Vedú k nekonečným intelektuálnym diskusiám a odvádzajú od podstaty problému.

Keď sa sprevádzajúci odhodlá k informáciám („radám“), netreba ich dávať naraz veľa. Rady by mali byť kompetentné a vyslovované až potom, čo sa poskytovateľ starostlivosti ubezpečil, že je dostatočne informovaný. Každá rada by mala sprevádzaného privádzať k samostatnosti, nie k závislosti od

pomáhajúceho. Mala by byť poskytovaná vo forme ponuky spolu s určitým časom na to, aby sprevádzaný mohol zareagovať a radu slobodne prijať alebo odmietnuť. Radu treba často spojiť s nejakou úlohou. V tom prípade ňou musí byť čin, ktorého je senior jednoznačne schopný a nespôsobí mu ďalšie nepríjemnosti a výčitky svedomia. Ďalej by malo nasledovať vyhodnotenie, či poskytnutá informácia (rada) skutočne priniesla očakávaný účinok.

3 Pastoračná starostlivosť o chorých

Starobu, ako aj celý život človeka, občas sprevádza *choroba*³⁴. Pre pastoračného pracovníka sú chorí zvláštnou výzvou, aby konal. Je úlohou zodpovedného duchovného viesť v zbore pastoračnú starostlivosť a mať prehľad, kto z členov a účastníkov zborového života ochorel. Treba zvážiť, či je vhodná návšteva chorého a či si ju praje. Dnes má temer každý mobilný telefón; využiť ho nám aj v tomto smere pomáha. Osobitnú pozornosť si vyžaduje hospitalizácia a zváženie návštevy chorého v nemocnici. Vo väčšine prípadov nie je vhodné, aby pastoračný pracovník dlho vyčkával, kým ho niekto zavolá s prosbou, aby za chorým prišiel. Vlastná aktivita duchovného je v tomto smere namieste. Prejavenie záujmu a kresťanskej lásky, osobná prítomnosť pri lôžku, načúvanie, rozhovor, modlitba, čítanie Písma svätého; niekedy na želanie chorého aj podanie svätej Večere Pánovej, ubezpečenie o Božom odpustení a iné duchovné záležitosti sú súčasťou pastoračnej starostlivosti o chorých, ktorú v cirkvi uplatňujeme v moci Ducha Svätého.

Fyzická choroba je častou príčinou krízových situácií, keď je potrebná intervenčná pastoračná práca. Kým zdravých seniorov a ďalších členov zboru navštevujeme v určitých časových intervaloch; tí, ktorí sú chorí, majú byť navštívení bezodkladne so zámerom byť nablízku s duchovnou pomocou. Treba zdôrazniť, že táto pastoračná starostlivosť vyžaduje určitý podiel času, niekedy neplánovateľný; totiž flexibilitu. Služba chorým je však pre sprevádzajúceho spravidla veľkým prínosom, požehnaním. Je súčasne službou Ježišovi, ktorý sa s chorými identifikoval („... bol som chorý a navštívili ste ma...“ <Mt 25,36 – *v kontexte posledného súdu!*>).

³⁴ M. Kašparů (2002, s. 5) definuje chorobu ako „neslobodu a izolovanú alebo kombinovanú poruchu mnohovýrovnostného poriadku v človekovi“. Uzdravenie je „obnovením tohto strateného poriadku“.

Starostlivosťou o chorého sa staráme o Kristovo živé telo (Oden, 2000, s. 26).

3.1 Choroba ako kríza

Choroba môže byť nielen krízou tela, ale často aj ducha, sebaúcty, nádeje, viery. Môže byť tiež obdobím rozsiahlejšej krízy. Sprevádzajúci môže lepšie pomáhať, ak si je toho vedomý. Pod krízou spravidla rozumieme nejaký rozhodujúci okamih alebo situáciu v živote človeka, ktorej sa nemožno vyhnúť, a ktorá je súčasne akýmsi bodom obratu. Dochádza k mobilizácii vnútorných zdrojov jedinca. V duchovnom živote môže predstavovať nebezpečenstvo, niekedy však aj určitú možnosť pre pozitívne zmeny. V pastoraácii si to plne uvedomujeme, avšak túto skutočnosť nesmieme zneužívať. O to viac je namieste ohľaduplnosť, citlivosť a ponechanie slobody chorému, aby sa správal a rozhodoval bez vonkajšieho tlaku, iba sám za seba pred Bohom; lebo stojí pred Bohom, ktorý skúma jeho srdce, ako to ukazuje napríklad Dávidova modlitba – Žalm 17.

3.1.1 Nebezpečenstvo krízových situácií

Nebezpečenstvo krízových situácií spočíva najmä v tom, že vstupujú do života nečakane, a preto môžu nad ním víťaziť. Z vývojovej psychológie jedinca vieme, že ako človečik rastie a postupne sa z dieťaťa stáva dospelý človek, prechádza množstvom krízových situácií, na ktoré si vytvára určité obranné techniky založené na minulých skúsenostiach. Na niektoré choroby však takéto obranné mechanizmy vytvorené nemáme, pretože nás taký telesný či psychický problém nikdy predtým nepostihol. Okrem iného krízové situácie môžu tiež spôsobiť náhly posun do nového spoločenského prostredia alebo zaradenia; do blízkosti ľudí alebo udalostí, z ktorých má chorý strach. Taká situácia človeka mátie a môže privádzať jednak k nerozvážnym činom (až k samovraždovým pokusom), jednak k neefektívnej práci, úzkosti, hnevu, znechuteniu, zármutku, pocitom viny a duchovného zlyhania, k problémom a prekážkam na ceste posvätenia. Niektorí jednotlivci s takými stavmi zápasia veľmi ťažko a pastierska

intervencia môže mať pre nich zásadný význam: aby sa nevzdali v beznádeji, alebo aby sa nezačali správať spoločensky neprijateľným spôsobom, resp. spôsobom, ktorý odmieta ich cirkevné spoločenstvo.

3.1.2 Príležitosti v krízových situáciách

Príležitosti, ktoré poskytujú krízové situácie, choroby nevynímajúc, sú mnohé: pozitívna zmena, rast schopností zvládať život, získať nové skúsenosti viery s uzdravujúcim Pánom, pevne uchopiť tromf víťazstva v Duchu Svätom nad mocnosťami zla a zmaru. Keďže ľudia v záťažových situáciách: v chorobe či v iných krízach – sú zmätení, môžu byť aj otvorenejší vonkajšej pomoci duchovného pastiera i samotného Boha. Sprewádzajúci môže významným spôsobom ovplyvniť človeka v krízovej situácii, ale opäť platí, že musí postupovať správne, inak sa dočká tak sprewádzaný, ako aj sprewádzajúci sklamania.

Biblia a krízové situácie. Najdôležitejším prvkom intervenčnej pastorácie v krízovej situácii, akou je aj choroba, je znalosť Biblie a cielená príprava na takúto pastoráciu. Biblia hovorí o krízach v životoch: Adama a Evy, Kaina a Ábela, Noacha, Abraháma, Izáka, Jozefa, Mojžiša, Samsona, Jefteho, Saula, Dávida, Eliáša, Daniela a ďalších. Aj sám Pán Ježiš bol vystavený krízovým situáciám, najmä keď očakával kríž. Chorí alebo inak núdzni ľudia, s ktorými sa Ježiš stretol, sa nachádzali v krízovej situácii. Apoštoli a veriaci v prvotnej cirkvi tiež prechádzali rôznymi krízami. Na príklade Jóa, jeho telesnej choroby, straty rodiny a sociálneho postavenia vidíme, že Boh také krízy dopúšťa, ale nevymykajú sa Mu z rúk. Po neúspešných radách troch priateľov nakoniec mladý Elíhu (Jób 32 – 37) odovzdáva Boží odkaz a kríza sa mení na veľkú príležitosť vidieť Boha v akcii a zakúsiť víťazstvo. Heb 12,2 odporúča v krízových situáciách „upierať zrak na víťaziaceho Krista, pôvodcu a završovateľa našej viery, ktorý pohrdol potupou a teraz sedí po pravici Božieho trónu“.

Choroba a príležitosť. V chorobe si ľudia predkladajú na uvažovanie rôzne záležitosti, v ktorých, ak sú sami, ťažko tápu: „Som bezmocný a opustený.“

„Nemôžem pracovať, postarať sa o seba, som na ťarchu.“ „Moja choroba je nevyliciteľná.“ „Už nedosiahnem svoje ciele.“ „Môj život prestáva mať zmysel.“ ... a tak podobne. Eliáš sa po veľkom duchovnom víťazstve na vrchu Karmel (1Krľ 18) dostal pod tlak prenasledovania kráľovnou Jezábel, dostal strach o svoj život a odišiel na púšť, čo potom považoval za svoju prehru (1Krľ 19). Jonáš mal pri rozhovore s Bohom podobné myšlienky. Predsa však obaja vyšli – vyvedení Bohom – z týchto situácií duchovne silnejší; boli pozbavení strachu, lebo strach sám osebe spravidla nevedie k pozitívnym riešeniam.

Keď sa skúsení seniori pýtajú na dôvod svojej krízy, napr. v chorobe, je ťažké dať vyčerpávajúcu odpoveď. Biblia nám nedáva úplné, jednoznačné a vždy aplikovateľné odpovede na to, prečo ľudia musia trpieť. Vieme iba toľko, že ani ťažké situácie sa Bohu nevymykajú z rúk; a teda aj choroba, akokoľvek podivne to znie, môže byť súčasťou Jeho spasiteľného plánu s človekom. Jn 9,3 vysvetľuje údel človeka slepého od narodenia inakšie, ako si vtedy ľudia mysleli. Ježiš hovorí, že „sa to stalo preto, aby sa na ňom zjavili Božie skutky“. Choroba je kríza; správne prijatá a „spracovaná“ kríza sa stáva časom, za ktorý sa človek poučí o Bohu a o Jeho moci možno najviac, a tak môže dôjsť k podpore duchovného rastu človeka. Treba pripustiť, že často práve tie najvlastnejšie dôvody špecifických kríz (napr. chorôb) konkrétnych ľudí zostávajú pred nami utajené; sú súčasťou nášho terajšieho čiastočného poznania a budúceho dokonalého poznania (1Kor 13,12).

3.2 Špecifiká duchovnej pomoci chorým

Lepšie je, keď je pastoračná návšteva chorého vopred pripravená. Zanedbávanie prípravy pastoračnej návštevy chorého má za následok frustráciu sprevádzajúceho, lebo pomoc chorému vyrovnat' sa s krízou a zakúsiť rast aj cez ťažkú osobnú situáciu neprichádza. Avšak, treba čestne povedať, že ani tá najlepšia príprava nemusí byť zárukou účinnej pomoci. Najmä vtedy, keď chorý nespolupracuje. V hre je tiež Božia vôľa, ktorá – ak je nespoznaná – môže pôsobiť opačne: ako faktor namierený proti

pastoračným zámerom sprevádzajúceho i chorého. Akýmsi prirodzeným ľudským inštinktom je starostlivosť o blaho svojho tela a o jeho túžby. Božou vôľou v niektorých prípadoch je prekonať naše žiadosti a presadiť cez nás svoju vôľu: „Kto plní Božiu vôľu, zostáva naveky.“ (1Jn 2,17) A práve spoznanie Božej vôle sprevádzajúcim i chorým sprevádzaným má významné pastoračné poslanie.

3.2.1 Bezprostredný vstup do situácie

Bezprostredným začiatkom pastoračnej návštevy chorého má byť snaha o dočasnú emocionálnu pomoc. Pastoračný pracovník by mal konať tak, aby dezorientovaným chorým pomohol návštevu prijať. Na to sa dá odporučiť predovšetkým akákoľvek metóda zníženia emocionálneho napätia v situácii, keď sa chorý môže cítiť trápne, napr. z dôvodu eventuality momentálnych telesných indispozícií. Vhodné je vytvoriť otvorené prostredie, v ktorom chorému nerobí veľký problém požiadať pastoračného pracovníka, aby sa otočil, alebo aby odišiel, ak zdravotná situácia či telesná potreba chorého uvádza do rozpakov.

Sprevádzajúci pastoračný pracovník si musí byť vedomý, že chorý má pred očami len jeden cieľ – úplné uzdravenie. Ak pri pastorácii „radíme“ chorému, robíme tak z úplne iného dôvodu než kvôli „vyučovaniu“. Ide o to, podať informáciu, ktorá povedie k úplnému uzdraveniu; teda aj duchovnému. Skutočným „edukátorom“ je naším prostredníctvom Kristus; Božie slovo adresované trpiacemu. Má byť vhodne selektované, aby bolo chorému zrozumiteľné; dôveryhodné a významné, a aby bolo jasné, že Boh Sám participoval (a participuje) na ľudskom utrpení (Oden, 2000, s. 30). Ak začneme vyučujúci rozhovor biblickým Slovom o trpiacom Bohu (napr. Mt 16,21; Mk 8,31; Lk 17,25; Sk 3,18; Heb 2,18; 1Pt 2,21 a iné), môže byť kladne prijatý a môže otvoriť dvere nadviazaniu hlbokého empatického rozhovoru s chorým.

3.2.2 Nadviazanie pastoračného kontaktu s chorým

Ako sme už uviedli, chorí ľudia zvyčajne nepozývajú duchovného. Prichádza sám, alebo na odporúčanie tretej osoby, a to z dôvodu, že vie, že je to nutné. Nadviazanie kontaktu po vhodnom vstupe do prostredia, v ktorom sa chorý nachádza, sa realizuje prejavom vrúcnosti, ľudského porozumenia a čistého záujmu o trpiaceho. Utrpenie chorého nie je pastoračnému sprevádzaniu konajúceho duchovného ľahostajné. Navyše si uvedomuje, že zdravý a „v pohode“ nie je vždy v privilegovanom alebo „požehnannejšom“ stave než trpiaci (Rim 8,17). Naopak, chorý je schopnejší prežiť a prijať, „že utrpenia terajšieho času sa nedajú ani porovnať s budúcou slávou, ktorá sa má na nás zjaviť“ (Rim 8,18). Ak chorý má pevnú vieru, tá nie je v čase choroby zakotvená v telesnom zdraví, lež v tom, že človek stojí na pevnom základe pravdivej zvesti Biblie a svojimi koreňmi zapustenými v Kristovi čerpá z Božej zásobárne síl. Z toho sa sprevádzajúci môže poučiť i prijať povzbudenie.

3.2.3 Zredukovanie úzkosti

Kontakt očí a dotyky môžu nielen vypovedať o záujme o chorého, ale taktiež priniesť úľavu bez slov. Komunikácia dotykmi (*haptika*³⁵) je u väčšiny chorých a zomierajúcich prijímaná kladne. Navyše vieme, že dotyk, obzvlášť vložením rúk, sa vždy používal ako znak prenášania požehnania z jednej osoby na druhú (Nm 27,18-20; 2Krľ 4,32-35; Mk 10,13; 1Jn 1,1). Pán Ježiš tiež uzdravoval dotykom (Mt 8,15; 9,20; Mk 3,10; Lk 22,51). Isteže, aj tu platí, že naše kultúrne prostredie môže byť na dotýkanie sa druhých v určitých súvislostiach citlivé!

Druhou výraznou pomôckou na redukcii úzkosti je pokojné a prirodzené uvoľnené správanie sprevádzajúceho. Ak načúva, má byť pozorný a

³⁵ Forma neverbálnej komunikácie, kontakt hmatom, dotykom.

trzeplivý, prípadne povzbudzovať do ďalšieho rozhovoru otázkami. Tie však nemajú vyústiť do poskytovania nejakej falošnej nádeje trpiacemu. Nádej, ktorú prináša duchovný, nie je sústredená výhradne na telesné uzdravenie – to je len jedna časť úplného zdravia, ktoré človek môže mať; a práve choroba môže byť tou cestou k uzdraveniu niektorej inej oblasti ľudského života ako celku. Ježiš povedal, že „lekára nepotrebujú zdraví, ale chorí. Chod'te a naučte sa, čo znamená: ‚Milosrdenstvo chcem a nie obetu.‘ Neprišiel som povolať spravodlivých, ale hriešnikov.“ (Mt 9,12-13)

3.2.4 Zdroje pomoci chorému

Účinnosť pomoci závisí od zdrojov, ktoré máme k dispozícii. Jedným z najvzácnejších nálezísk je ochota pomáhať, sprevádzať. Túto ochotu nenachádzame len u profesionálneho duchovného alebo zborového pastoračného pracovníka, ale spravidla sú k dispozícii aj iní: priatelia chorého, veriaci zo zboru a ďalší, čo sú ochotní chorého navštíviť. Pastorační pracovníci niekedy váhajú druhých osloviť; to môže byť, naopak, nevyužitím, resp. plytvaním zdrojov, ktoré sú k dispozícii. Všetci títo ľudia však z hľadiska kresťanskej duchovnej pomoci *musia byť ochotní pripraviť sa na takúto službu*. Základnou prípravou je čítanie Písma, vyberanie biblických textov vhodných na využitie pri pastoračných návštevách chorých; ďalej modlitba (Jk 5,13-16) a pôst (Mt 17,21). Duch Svätý sa priznáva k tým, čo sú ochotní slúžiť duchovnými skúsenosťami, darmi a prednosťami, ktoré od Boha dostali.

Aj spoločenstvo zboru môže vykonávať významnú podpornú činnosť, ktorá posilní osobnú pastoračnú prácu sprevádzajúcich. Na myslí máme spoločné modlitby za chorého; ďalej tiež možnosť získavania informácií od ľudí z rôznych oblastí ľudskej činnosti a v neposlednom rade aj finančné prostriedky na lieky či inak nedostupné doliečenie v kúpeľoch atď. To všetko môže byť zdrojom pomoci chorému. Spoločenstvo zboru dostáva lepší potenciál v prípade, ak je nutné sa o chorého pravidelne a sústavne starať.

3.2.5 Vštepenie nádeje a svätá Večera Pánova s chorým

Pastoračná starostlivosť o chorého vedie k tomu, aby si sám privlastňoval nádej s ohľadom na svoju budúcnosť. Nádej prináša zbavovanie sa napätia z utrpenia, pretože anticipuje čas, keď sa bude dať lepšie. Pomáha eliminovať zúfalstvo a uvoľňuje energiu, prepotrebnú na vyrovnanie sa s momentálnym stavom; tiež je prospešná vlastnému procesu uzdravovania. Ak sa u chorých prejavy beznádeje vyskytnú („Nikdy mi nebude lepšie.“ „Neuzdravím sa.“ „Nič horšieho ma postretnúť ani nemohlo...“), možno v niektorých prípadoch úspešne využiť odkaz na logický úsudok („Existuje na to nejaký dôkaz?“).

Pastoračný pracovník vie, že problémy tela znásobujú duchovný zmätok. Chorý od jedných počúva, že choroba súvisí so zmenami v organizme, s chemickou nerovnováhou v tele, so zlým pôsobením žliaz, s rôznymi genetickými vplyvmi alebo vplyvom mikroorganizmov a podobne. V cirkvi sa mu od niektorých kresťanov ponúka vysvetlenie choroby ako pôsobenia jeho hriechu (1Kor 11,30), či ako zásahu vonkajšej duchovnej moci zla – diabla, démonov (Lk 13,10-16; 1Kor 5,5; 2Kor 12,7). Epištola Efezským jasne zaznamenáva, že sme uprostred duchovného boja (6,10 nn). Nie je možné podceňovať túto skutočnosť. Podobne aj v Epištole Jakuba nachádzame výzvu: „Podriadte sa teda Bohu, ale vzoprite sa diablovi a ujde od vás. Priblížte sa k Bohu a on sa priblíži k vám.“ (4,7) Chorému môžeme a máme zvestovať Božie víťazstvo nad diablom; nad silami temna a zmaru. Smieme tak urobiť Slovom aj sviatosťou Večere Pánovej pre chorých. Katolícka cirkev i niektoré cirkvi v anglosaskom svete používajú výraz „viaticum“ na podanie svätej Večere Pánovej zomierajúcej osobe. Toto latinské slovo jednoducho znamená „zásoby na cestu“. Svätú Večeru Pánovu považujú za ideálny pokrm na posilnenie zomierajúceho človeka na cestu z tohto sveta do sveta po smrti. Súčasný katolícky autor – pastoračný teológ A. Opatrný – vyzdvihuje, že sviatosť Večere Pánovej (eucharistia) môže byť veľkým obohatením viery aj pre vysluhujúceho, a že „pravidelné prinášanie eucharistie vytvára spravidla hlbší vzťah medzi chorým a tým, kto mu slúži... stáva sa pastoračnou službou, v ktorej je človek chorému či

starému človekovi oporou; sprievodcom v chorobe a často účinným podporovateľom viery.“ (Opatrný, 2006, s. 159 – 160) V protestantských cirkvách, ktoré považujú svätú Večeru Pánovu za viditeľný znak Božieho odpustenia v Kristovi a v Jeho obeti, je jej prisluhovanie chorým bežnou praxou, lebo má významné miesto v posvätenom živote veriaceho. Zároveň mu pripomína, že napriek chorobe zostáva súčasťou cirkevného spoločenstva, v mene ktorého duchovný so sviatosťou prichádza.

4 Pastoračná starostlivosť o zomierajúcich

Podľa Biblie je smrť³⁶ prirodzená a všeobecná, ale nie je ničím, čo by sme mohli týmto konštatovaním odsunúť do oblasti nezáujmu ako nepodstatné. Naopak. Písmo odhaľuje, že po smrti prichádza súd; teda dost' podrobné hodnotenie ľudského života, pri ktorom o. i. budeme skladat' účty aj zo svojich slov (Mt 12,36). Novozákonné výskyty slova smrť (ὁ θάνατος³⁷) svedčia o tom, že smrť sa často spája s hriechom (Rim 6,23; 1Kor 15,56), so vzburou proti Bohu a s odlúčením od Boha. Po smrti príde súd (Heb 9,27). Smrť má v Biblii širší rozmer. Jednak sa spomína telesná smrť, ktorá je koncom pozemského putovania, jednak sa prirovnáva k bráne, cez ktorú možno vojsť do života inej kvality. Smrť podľa Písma nie je annihiláciou, znivočením všetkého, pretože bytie pokračuje, aj keď sa skončí pozemská existencia.

Človeka desí, pretože je nielen ukončením pozemskej púte, ale môže byť i realizáciou Božieho odsúdenia človeka, ktorý v hriechu žil aj zomrel (Rim 5,12-14; 1Tím 1,8-10 a iné texty). Naproti tomu Písmo podáva aj víťazný pohľad na smrť ako na úspešné ukončenie úlohy človeka na zemi skrze Krista a s Kristom. Svedčia o tom taktiež mnohé novozákonné texty (Mt 4,16; Lk 1,79; Jn 5,24; 2Tím 1,10 a ďalšie texty). Dynamická zvesť Písma sa sústreďuje na prechod do novej formy večnej existencie v Božom kráľovstve (Jn 3,15). Pre veriaceho môže byť zomieranie bolestným procesom, ale zostáva cestou domov (2Kor 5,1-10). Biblia prináša zvesť o prekonaní smrti a poskytuje slávnú nádej víťazstva nad smrťou a nad jej sprievodnými znakmi (Zj 21,4): „<Boh> Zotrie im z očí každú slzu a smrť

³⁶ V SZ hebr. *mávet* (מָוֶת), v NZ gr. *thánatos* (θάνατος).

³⁷ Od tohto slova je odvodený názov *thanatológia* pre náuku, ktorá sa zaoberá otázkami zomierania a smrti.

už viac nebude, ani smútok, ani nárek, ani bolesť už nebude, lebo čo bolo skôr, sa pominulo.“

Tieto skutočnosti udávajú smer pastoračnej starostlivosti o zomierajúcich, ako ju poskytujú kresťanské cirkvi. Pastoračné sprevádzanie zomierajúcich sa nemôže obmedziť iba na to, že hore uvedené skutočnosti zomierajúcemu iba pripomenieme. Poslúžia skôr ako motivácia a sprevádzaniu určia smer.

Zomieranie a smrť zasahujú človeka ako celok. Nedajú sa zjednodušiť len na biologicko-fyziologické zastavenie procesov. Keby to bolo také jednoduché, zomieranie by bolo iba postupným nástupom zmien smerom k nefunkčnosti organickej hmoty človeka. V skutočnosti sa smrť vždy dotýka človeka celého; jeho telesnej, psychickej, sociálnej i duchovnej dimenzie. Smrť je vyvrcholením života, pretože ho ukončuje a zjavuje jeho zmysel. Iste, kladie nadeň mnohé otázky, najmä tam, kde jeho kvalita bola slabá, hoci človek zameral všetko svoje úsilie nato, aby „žil naplno“.

Abrahamovská smrť človeka, ktorý zomiera „v úctyhodnej starobe, v pokročilom veku, sýty života a bol pripojený k svojmu ľudu“ (Gn 25,8), je záverom života a odhaľuje jeho zmysel. Ak dochádza k úmrtiu dieťaťa, mladého človeka, alebo človeka, ktorý zahynul tragicky či samovraždou, je situácia možno iná; v tejto krátkej štúdii sa však týmto špecifickým situáciám vzhľadom na ucelenosť témy venovať nebudeme.

Spôsob, akým ľudia chápu život a smrť, aké stanoviská k nim zaujmú, sa zvyčajne prejaví v procese zomierania. Na skutočnosť zomierania sa treba pripraviť. To je úlohou cirkvi a jej kazateľov; nik iný to za nás neurobí. V tejto práci sa najčastejšie stretneme so staršími ľuďmi, ale výnimkou nie sú ani prípady zomierania detí. *Deti rôzneho veku sprevádzajú rozdielne predstavy a postoje k otázke smrti*. N. Brádnanská (1999, s. 18) uvádza nasledujúce zistenia:

- Deti do 2 rokov: Pojem „smrť“ nechápu; nerozumejú, čo znamená. Na nepokoj a rozrušenie vo svojom najbližšom okruhu (rodičov, blízkych)

reagujú, citlivo vnímajú každé odlúčenie (ide o vývojovo danú tzv. separačnú úzkosť).

- Deti vo veku 3 – 5 rokov: Smrť chápu ako neprítomnosť (starostlivosti a lásky tých, ktorí ich mali radi a tých, ktorých mali rady oni), ktorá je iba prechodná, nie však stála. Očakávajú opätovné stretnutie. Smrť nevnímajú ako dej trvalý a nezvratný, ale ako udalosť reverzibilnú (ako v rozprávkach – dá sa zrušiť „živou vodou“, „je to len spánok Spiacej princeznej“ atď.). Tiež ju ponímajú ako niečo, čo sa stáva iným, ale nie im. Konečnosť vlastného života ich v tomto veku nedeší. Boja sa skôr fyzickej bolesti, zámkov a procedúr. Vidia smrť, no vysvetliť si ju nevedia. Všímajú si zvädnuté kvetiny, mŕtve živočíchy a zaujímajú ich znaky konca: imobilita, zohavenie atď. Fyzickú smrť poznávajú ako rýchlu, násilnú a bolestnú udalosť.
- 6 – 8-ročné deti: Smrť personifikujú; interpretujú ju ako zvláštnu osobu (Smrtku, Zubatú, Kostru), neviditeľného ducha, strašidelnú bytosť. Ako takú ju vnímajú negatívne. Smrť spájajú s vonkajšou intervenciou, ktorá ľuďa násilne odvádza preč, a veria, že jej možno predísť. Silne emocionálne prežívajú smrť iných – mávajú pocit viny, pociťujú veľkú stratu, často plačú. Kladú otázky v snahe usporiadať si myšlienky. Začínajú chápať, že smrť je všeobecná.
- 9 – 12-roční: Chápu smrť ako prirodzený koniec života; vnímajú jej nevyhnutnosť, univerzálnosť a permanenciu. Súvisí to hlavne s vývojom logického myslenia, s nadobudnutým zmyslom pre čas (retrospektívu i budúcnosť) a priestor. Pochopili rozdiel medzi smrťou a neprítomnosťou, spomienkou a fantáziou, medzi umieraním a odchodom. Vedia, že smrť je trvalý biologický proces a začínajú uvažovať o vlastnej smrteľnosti.
- 12 – 17-roční: Pochopenie smrti rozširujú náboženskými a filozofickými úvahami a teóriami o zmysle života. Rozumovo sú smrť schopní pochopiť ako dospelí, emocionálne ťažko. V období hľadania identity sa so smrťou vyrovnávajú rôznymi spôsobmi (zo strachu pred ňou i pred životom), napr. vzdorom voči nej (hazardovaním so životom, záujmom o posmrtný život; objavujú sa myšlienky na samovraždu).

4.1 Zomieranie

Zomieranie je proces, ktorý predchádza smrti. Je jasné, že nie je jednoduché zhodnúť sa na tom, kedy sa vlastne zomieranie začína. Existujú dva extrémne názory na zomieranie: jeden hovorí, že proces zomierania sa začína už v okamihu narodenia človeka; druhý sa pojmu zomieranie vyhýba úplne, pretože považuje celý život za neustály boj o prežitie, a tvrdí, že človek buď žije, alebo je mŕtvy... Zomieranie je v súvislosti s chorobou jej terminálnou fázou, ktorá má prognózu prežitia niekoľkých týždňov, dní alebo hodín.

V každom prípade smrť, ako aj narodenie človeka, je opradená tajomstvami. Približujúca sa smrť predkladá otázky o hodnote života a času nám daného. Záver života si žiada odpovede na otázky o zmysle či význame všetkého prežitého. Dobrý pastoračný pracovník s hlbokými koreňmi v Písme prichádza pripravený a jeho pomoc smeruje v pastoračnej starostlivosti o zomierajúceho ku Kristovi, ktorý zomrel za naše hriechy, avšak Božia láska neskončila na kríži. Zvíťazila vo vzkriesení; to je naša stála a pevná nádej v každej situácii (Rim 8,38-39).

Zomieranie často zastihuje ľudí nepripravených odísť. Neznáme, neodhalené, nečakané pôsobí strach a des. Roky sa človek s otázkou smrti radšej ani nezaobera, ignoruje ju, čo sa z hľadiska psychológie vysvetľuje ako určitá obranná reakcia. Zabudnúť, nezaoberať sa tým, nehovoriť o smrti, vyhnúť sa kontaktu so zomierajúcimi (izolovať ich od rodín do nemocníc alebo hospicov); heslom väčšiny ľudí je *žiť tak, akoby smrť ani neexistovala*. Smrť je v dnešnej spoločnosti tabuizovaná téma.

To je, teologicky vzaté, chyba. Skúsenosti ukazujú, že aj veriaci prechádzajú fázou zomierania s ťažkosťami, nie ľahko. Treba odmietnuť aj lacné úvahy niektorých nezodpovedných kresťanských spisov, akoby veriaci musel zomierať bez problémov a rád. Nezakladajú sa na celej pravde evanjelia. Z hľadiska pastoračného sprevádzania treba mať cielene na pamäti snahu: Prijat' situáciu zomierania a vo viere očakávať možno lepší zajtrajšok. Nie

je to však pravidlo pre každého veriaceho a, naopak, keď niekto zomieranie ťažko prijíma, nemusí to byť vždy znakom jeho chabej viery. Ľudia si na svoju vážnu situáciu nezvykajú ľahko. Problematikou adaptácie na závažné ochorenia s myšlienkou na blížiacu sa smrť sa zaoberala Elisabeth Kübler-Rossová³⁸. Pôvodne stanovila päť fáz vyrovnávania sa s onkologickým ochorením; neskôr sa ukázalo, že podobnými fázami prechádzajú aj chorí a ich najbližší nielen s letálnym onkologickým ochorením, ale aj s akýmkoľvek závažným chronickým ochorením. Ide o tieto fázy:

- šok, popieranie („Ja nie!“ „To nie je možné.“);
- hnev, agresia („Prečo práve ja?!“);
- dohadovanie, zjednávanie („Chcem sa dožiť toho a toho...“);
- depresia („Zomriem, tak o čo ide?!“);
- prijatie („Nemôžem proti tomu bojovať, treba sa pripraviť...“).

4.1.1 Vstup do pastoračnej pomoci zomierajúcemu

Protestantské cirkvi síce od svojich duchovenských pracovníkov očakávajú, že budú poskytovať pastoračnú službu zomierajúcim, ale nie sú k tomu priamo donútené. Má to výhodu, pretože pre túto dôležitú, požehnanú, ale zároveň nesmierne zodpovednú a náročnú službu sa môžu slobodne rozhodnúť. Každý, kto niekedy stál tvárou v tvár zomieraniu a smrti, vie, že to nie je situácia, v ktorej sa stačí hrať so slovíčkami. Vtedy nastáva okamih, keď „ľudská zraniteľnosť je odhalená v celej nahote“ (Oden, 1983, s. 295). Každý z nás je určitým článkom v rade živých: Naši predkovia žili pre nás, my žijeme pre tých, ktorí prichádzajú po nás; nikto nežije len pre seba. Úvahy o smrti sú v tomto kontexte ústrednou témou pastoračnej literatúry

³⁸ KÜBLER-ROSS, E., 2005. *On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. Simon & Schuster Ltd.

od najstarších čias. Sú v príkrom rozpore so súčasnou tendenciou smrť vytlačiť, izolovať zo života. „Prvá“ smrť je dôležitou témou aj z toho dôvodu, že podľa Písma tí, ktorí nie sú zapísaní v knihe života, po všeobecnom vzkriesení prepadnú druhej smrti (Zj 20,12-15). Vstup do pastoračnej pomoci zomierajúcemu je intervenciou v prospech večného života tohto človeka. Je zároveň snahou byť nablízku a pomôcť kvalitnejšie prežiť záver pozemského života jednotlivca.

Na začiatku pastoračnej práce so zomierajúcim sa musí pastier vyrovnat' nielen so svojou úlohou pomáhať v hádam najťažšej úlohe, ale tiež s tým, že blízke *okolie je silno citovo zasiahnuté*. O telo zomierajúceho sa stará lekár alebo ošetrojúca sestra, ale o jeho blízkych väčšinou nikto nedbá. Pastoračný pracovník môže a má. Vie, že aj jeho príbuzní prechádzajú fázami vyrovnávania sa (ako je opísané vyššie). Pastoračný pomocník má ako človek prichádzajúci zvonku reálnu šancu byť zomierajúcemu i jeho okoliu pomocou. Ako Boží posol pripomína všetkým zúčastneným, že Boh stvoril človeka na svoj obraz (Gn 1,27), že na neho pamätá a ujíma sa ho (Ž 8,5), ale že pominuteľnosť človeka odlišuje človeka od Boha a smrť zasahuje aj ostatné živé tvory (Ž 49,13).

Vstup do pastoračnej pomoci zomierajúcemu vychádza z presvedčenia, že človek v každej fáze života potrebuje mať pre čo žiť a s kým žiť. *Potrebuje človeka*, ktorý má oňho záujem. A hoci občas obľubuje pokoj a oddych, nemá byť osamotený. Zomierajúci vníma naplnený život tak, ako ostatní ľudia: v interakcii s inými. No keďže má špecifické potreby, treba zistiť, kedy je vhodné prísť za ním na návštevu.

Často prediskutovanú otázku, či je správne informovať zomierajúceho o svojom reálnom stave, necháme bokom³⁹. Vecou sa zaoberá najmä

³⁹ „45 – 65 % smrteľne chorých pacientov – v závislosti od krajiny, kde žijú – otvorene žiada lekárov a príbuzných, aby im povedali, či zomrú. To znamená, že asi polovica sa na to nepýta.“ (Badenas, 2015, s. 186)

teologická etika. Svoje hovoria aj lekári, ktorí sa obávajú, že po oznámení nevyliciteľnosti choroby pacient nebude vynakladat' dostatočné úsilie na svoje uzdravenie a skôr zomrie. Táto problematika zasahuje aj do oblasti práva. T. Oden (1983, s. 299) hovorí, že „nie je úlohou pastiera, aby na rovinu povedal chorému, že jeho choroba je absolútne nevyliciteľná“. Pre prípad pastoračnej starostlivosti treba zdôrazniť, že zomierajúceho pravdivo informujeme o biblicko-teologických pravdách o smrti, ako sme ich už naznačili. Zomierajúcemu prinášame nie planú útechu naklamaných nádejí, ale skutočný život skrze Božiu lásku a milosrdenstvo v Ježišovi Kristovi; duchovné hodnoty, ktoré idú za hranice telesnej existencie človeka. Sprevádzajúci vykoná veľký kus dobrej práce, ak od vstupu do pastoračnej pomoci zomierajúcemu bude môcť naživo sledovať najmä proces *zmierenia* s Bohom a s blíždymi. Tu sa žiada zdôrazniť takt, trpezlivosť a modlitebnú podporu. To, aký sprevádzajúci je, ako koná a ako sa správa; je rovnako dôležité ako to, čo hovorí.

4.1.2 Konkrétnosti pastoračnej pomoci zomierajúcemu

Pomoc zomierajúcim podľa J. Křivohlavého (1991) treba vykonávať s ohľadom na fázu, v ktorej sa nachádzajú:

- v období predchádzajúcom zomieraniu (*tzv. premortálne poskytovanie pastoračnej starostlivosti*) – zomierajúci je schopný slovnej a inej komunikácie;
- v období vlastného zomierania (*tzv. perimortálne poskytovanie pastoračnej starostlivosti*) – zomierajúci nekomunikuje, zdanlivo nevníma, treba mu však preukazovať lásku a byť blízko, odporúča sa zomierajúceho držať za ruku;
- v období pastorácie po smrti sprevádzaného (*tzv. postmortálne poskytovanie pastoračnej starostlivosti smútiacim*) – je vhodné ponúknuť pastoračnú pomoc pozostalým a ostatným smútiacim.

Za ciele práce v **premortálnom období**, ktoré budú určovať náš prístup a zvolené techniky, možno považovať nasledovné:

Prijatie seba samého. U zomierajúceho sa stretávame s pocitmi menejcennosti a bezmocnosti, niekedy hanblivosti za stav, v ktorom sa nachádza. Veľkým úspechom pastoračného pracovníka je, keď sprevádzaný odloží tieto svoje subjektívne zábrany, správa sa slobodne a hovorí so „svojím človekom“ i o týchto veciach.

Zmena identity. Zomierajúceho vedíme k obráteniu, ak túto skúsenosť neprežil. Je to však chúlостivá záležitosť, lebo tento cieľ nikdy nesmieme dosiahnuť pod nátlakom. Domnievame sa, že bez osobitnej charizmy sprevádzajúci toho nie je schopný. Nemožno podať „návod“, ako to spraviť.

Vyrovnanie sa so smrťou. Každý zomierajúci, ktorý si je vedomý svojho stavu, sa musí nejako vyrovnať s otázkou smrti. Je však rozdiel v tom, ako to urobí a čo nasleduje. Bežný spôsob vyrovnania sa so smrťou je apatia, trpké očakávanie konca. Ak vie sprevádzajúci napomôcť kresťanský prijať Božie zasľúbenia a zomierajúci si ich vierou privlastní, podarila sa veľká vec.

Príprava na život. Ak zomierajúci prijal Krista ako svojho Záchrancu, má večný život už tu na zemi a očakáva jeho zmenenú formu v premenenej existencii „na druhom brehu“. Preto nemusí očakávať „smrť“, ale život. Pri pastoračii zomierajúcich detí sa kladie dôraz na vytvorenie predstavy o tom, aké to bude v nebi: na lásku Pána Ježiša, ktorý čaká na deti. Príprava sa sústreďuje na oslobodenie od strachu a na radostné očakávanie stretnutia s Pánom Ježišom.

Ako dosiahnuť tieto ušľachtilé ciele? Pastorálna práca so zomierajúcimi je vo svojej podstate čisto medziľudským vzťahom.

Vzťah treba najprv nadviazať a potom rozvíjať. Najbežnejšou kategóriou vzťahu je partnerstvo. Rovnocenný vzťah. Vychádza z toho, že pred Bohom sme si rovní. Podobná cesta, akou sa uberá v túto chvíľu zomierajúci, čaká raz aj sprevádzajúceho. Tieto predpoklady môžu položiť základ rozvoja ich vzájomnej obojstrannej medziľudskej komunikácie. Tí

dvaja vytvoria „tím vo dvojici“. Sprevádzajúci si však vnútorne podrží svoju autoritu a nepostaví sa napr. na úroveň dieťaťa (infantilnosť v hovorení, myslení atď.).

Na rozvíjanie vzťahu sú potrebné vzájomná dôvera a láska; čiže priateľstvo. Utvrdzované a budované priateľstvo prináša ovocie v podobe upevňovania dôvery.

Dôvera je istota otvárajúca dvere sebaodhaleniu. Zaručuje udržanie tajomstva, dodržanie sľubov a možnosť otvorenej komunikácie pre obidvoch partnerov. Vytvorenie vzťahu dôvery je náročná práca, osobitne ak jeden z partnerov zažil sklamanie a bol zlomený práve tým, že niekto jeho dôveru zradil. Vzťah dôvery otvára srdcia aj ústa a umožňuje odvážne činy. Je prvotným predpokladom rozvoja lásky.

Lásku potrebuje zomierajúci človek zo všetkého najviac. To platí o všetkých vekových kategóriách odchádzajúcich na večnosť. Prejavíme ju najlepšie tým, že zomierajúcemu zo srdca odpustíme všetko; i to, čo ešte mohlo kdesi v kútiku srdca zanechať trpkosť, a dáme mu to najavo. Tak pripravíme živnú pôdu na akceptáciu a toleranciu.

Slúžiť zomierajúcemu znamená byť pripravený prijať ho takého, aký je, a nijako ho nehodnotiť. Proces choroby prináša zmeny somatické i psychické. Náklady, reakcie; svojráznosť, apatia i vzrušenie sa môžu striedať v závislosti od momentálneho stavu zomierajúceho. Tolerovať ho znamená dovoliť mu byť individualitou; sebou samým. To však niekedy tiež značí umožniť pacientovi odstup.

Zomierajúci nechce byť sám, ale niekedy potrebuje odstup, aby bola zachovaná jeho identita. Proces zomierania, tak ako zretie osobnosti, dospeje do bodu, keď si zomierajúci uvedomí, že posledný kus cesty musí zvládnuť prejsť sám. Aby mohol ísť po vlastnej ceste, musí dostať na to priestor. Chvíľu odstupu vycíti ten sprevádzajúci, ktorý je plný empatie a dokáže vytvoriť autentický, hodnoverný vzťah.

Empatia sa definuje ako schopnosť, pomocou ktorej sa osobnosť v rámci bezprostrednej komunikácie s druhým človekom vie vžiť do jeho duševného stavu. Na základe tohto vžitia dokáže vycítiť a pochopiť v tom druhom také emócie, motívy a snahy, ktoré tento človek nevyjadruje v slovách priamym spôsobom a ktoré nevyplývajú zákonite zo situácie medziľudského vzťahu (Buda, 1994, s. 51). Empatia je prostriedkom na pochopenie vnútornej situácie chorého. Je dočasnou záležitosťou oboch partnerov umožňujúcou ich vzájomné priblíženie i vzdialenie sa bez zranení.

Vzťah sprevádzajúceho a zomierajúceho nadobúda svoju zvláštnu kvalitu, ak obaja stoja v úprimnom a osobnom vzťahu s Bohom. Vzájomné duchovné zdôverovanie sa, rozhovory o Bohu, zamyslenia nad Bibliou, spev a spoločenstvo veriacich môžu pozitívne pôsobiť na premortálne poradenstvo.

Perimortálne obdobie môže byť krátke alebo aj dlhé. Vyznačuje sa najmä sťažnou komunikáciou. Zomierajúci oznamuje svetu okolo seba podnety a starosti často neverbálne, i keď ešte počuje, vníma a rozumie. Toho by si mal byť sprevádzajúci vedomý aj vtedy, keď už človek v perimortálnej fáze nevykazuje vonkajšie znaky komunikácie⁴⁰.

Teraz zostáva poskytnúť zomierajúcemu svoju blízkosť; snažiť sa byť vedľa neho, držať ho za ruku...

Ak je to možné, venujeme sa aj **postmortálnej pastoračnej práci**, ktorá je zameraná na smútiacich. Biblickým motívom môže byť pre nás napr. príkaz Ga 6,2: „Jedni neste bremená druhých, a tak naplníte Kristov zákon.“

Po úmrtí sa pastoračná starostlivosť nemusí a nemá skončiť; mala by byť dovŕšená na pozostalých a smútiacich. Je zameraná na vyrovnanie sa so

⁴⁰ Veľa výskumnej činnosti v tejto oblasti podnikla Elisabeth Kübler-Ross.

stratou blízkeho, milovaného človeka. Zostáva po ňom prázdno, ktoré môže čiastočne vyplniť prítomnosť duchovného pracovníka. Ten sa často stretne ešte s jedným problémom: pozostali sa sťažujú, že zomierajúci v určitej fáze premortálneho obdobia zmenil k nim vzťah, resp. akoby sa im bol odcudzil. Nevedia to pochopiť, lebo medzi nimi bol vždy dobrý vzťah. Duchovný bude v takom prípade potrebovať pozostalým vysvetliť, že niektorý zomierajúci človek potrebuje urobiť *dekathézu* – vnútorne sa oddeliť od ľudí, ktorí tvorili jeho najbližší okruh a ktorých najviac miloval.

K čomu môže viesť sprevádzajúci zomierajúceho a po jeho smrti aj trúchliacich? Predovšetkým k *prijatiu situácie*. Ako sme už naznačili, pri zomierajúcom badať šok, agresiu, zjednávanie alebo depresiu. Neraz sme sa pri pastoračii zomierajúcich stretli s pocitmi bezmocnosti, hanby alebo aj menejcennosti. Ťažko chorí mali niekedy dojem, že druhých obťažujú, a tým ešte viac trpeli.

Sprevádzajúci pastoračný pracovník *pomáha*. Dáva vhodným spôsobom najavo, že je človekom, ktorý *rád sprevádza*; rád venuje čas zomierajúcemu, pretože stretnutia s ním sú i preňho obohacujúce. Nerobí to preto, že „je to jeho práca“, ale predovšetkým z Božej lásky a z motívu priateľstva, ktoré vychádza zo zväzku bratov a sestier v Kristovi. Ak sa podarí, že zomierajúci prijme pastoračného pracovníka ako „svojho človeka“, môže pastoračia zomierajúceho postupovať želaným smerom.

Ak sprevádzanie zomierajúceho prebieha dlhodobejšie – v jednom prípade som sprevádzal zomierajúceho viac ako jeden rok – (pozn. autora), je potrebné nadviazaný vzťah rozvíjať vo vzájomnej úcte, dôvere a láske. Ovocím vzťahu je vybudovanie dôvery medzi sprevádzajúcim a zomierajúcim. Dôvera dáva pocit bezpečia, ktoré otvára dvere odhaleniu aj dosiaľ skrývaných tajomstiev zomierajúceho, čo môže znamenať obrovskú úľavu, ak ide o ťažké veci. Nie je, žiaľ, možné podať univerzálny „návod, ako na to“, aby také prostredie vzniklo, pretože každá jedna pastoračná starostlivosť o zomierajúceho má svoje špecifiká. Vrúcnosť, rýdzosť a empatia otvárajú „spriatelenej dvojici“ zomierajúceho a sprevádzajúceho

možnosti na hlboké rozhovory. Sú obojstranne obohacujúce, pretože neprebiehajú v tlaku. Atmosféra je natoľko otvorená, že chorý môže pastoračnému pracovníkovi otvorene povedať napr. aj to, aby dnes už išiel domov; alebo pri dohadovaní schôdzky mu v telefonáte bez zábran oznámiť, že dnes nechce, aby prišiel. Sprevdzajúci to musí uniesť. Potom môže počítať aj s tým, že sa mu možno podarí dosiahnuť veľmi vysoké ciele (odpustiť blížnym, učiniť pokánie pred Bohom, vyrovnať sa s telesnou smrťou, očakávať nový rozmer večného života a pripraviť sa na stretnutie s Bohom tvárou v tvár a iné).

Uvedieme niekoľko príkladov *tém na rozhovory* so zomierajúcimi (*alebo príhovory*, ak zomierajúci nie je schopný verbálnej komunikácie):

- Boh nedopustí viac, než dokážeme uniesť (1Kor 10,13).
- Sám Ježiš je najlepším príkladom stretnutia kresťana so smrťou (Mk 9,2-8; 14,32-42).
- Kresťanská nádej hľadá za horizont smrti smerom ku vzkrieseniu tela a k večnému životu s Bohom – to nepopiera, ale transcenduje smrť v čase (Iz 26,19; Dan 12,2; Sk 26,23; 1Kor 15,20n; Kol 1,18).
- Zmierenie prichádza prostredníctvom zvestovania evanjelia Ježiša Krista a sviatosť Večere Pánovej je viditeľným znamením jeho prijatia (Rim 5,10; 2Kor 5,18; 1Kor 11,23-26; Kol 1,20-23 a iné).

4.1.3 Pohreb ako súčasť pastorácie

Pastoračná starostlivosť o pozostalých má svoju dôležitú predohru v pohrebnom obrade. Celý obrad, nielen kázeň, má poskytnúť zarmúteným útechu skrze Písmo a modlitbu. Pastoračná starostlivosť poskytuje kontext komunitnej podpory uprostred straty. Je svedectvom o Božej dôveryhodnosti a o nádeji vzkriesenia. Modlitby sa sústreďujú na fakt, že Boh je Žriedlom života, našim Útočiskom a Silou; od Boha pochádzajú všetky veci a k Nemu sa aj navracajú. Pohreb umožňuje duchovnému nasmerovať pozornosť pozostalých pri vyrovnávaní sa s realitou straty milovanej osoby správnym smerom. Poukázať na Pastiera, ktorý neomyľne

vedie svoje stádo tou správnou cestou k tichým vodám a obnovuje našu dušu, hoci kráčame údolím tieňa smrti (Ž 23; 2Kor 5,1). Výber vhodného textu kázne je pri pohrebe kľúčovým faktorom, ak sa má stať účinným pastoračným prostriedkom pre truchliacich pozostalých. Vhodné texty pohrebných kázní najlepšie volí ten pochováavajúci, ktorý zosnulého poznal. Všeobecne však možno niektoré kázňové texty odporučiť, napr. Žalmy 23, 27, 39, 90, 96, 121 a 130; z novozákonných textov napr. Jn 3,16; 11,25; 14; Rim 8,1; 1Kor 15 a ďalšie.

Pri príprave pohrebu sa žiada popri obsahovej stránke starostlivo dbať aj na vonkajšie okolnosti; na výber piesní, na zostavenie a prednes krátkeho životopisu, resp. symbolickej rozlúčky so zosnulým (v protestantských cirkvách na Slovensku označovaných ako tzv. „odobierka“). Ľudia bývajú na pohreboch veľmi senzitívni a ťažko nesú, keď sa pochováavajúci pomýli v mene pochovávaného alebo na niekoho z rodiny zabudne, či ak urobí niečo nezvyčajné atď. Preto je pri pohreboch nutné dbať na miestne a rodinné zvyky, čo v mnohých prípadoch nemusí byť samozrejmosťou, pretože kazatelia a farári bývajú vyslaní do služby do prostredia, v ktorom nevyrastali.

5 Pastoračná starostlivosť o pozostalých

V niektorých pastoračných príručkách sa kapitola o pastoračnej starostlivosti o pozostalých vôbec nenachádza alebo sa jej venuje len veľmi malý priestor. Považujeme ju však za dôležitú.

Rmútiť sa, smútiť je všeobecne ľudské. Učeníci sa rmútili, keď sa dozvedeli, že jeden z nich zradí Pána (Mk 14,19). Aj sám Boží Syn Ježiš sa rmútil v Getsemane (Mt 26,37); prežíval zármutok i s Martou a Máriou pri Lazarovom hrobe (Jn 11,33-36). Epištola Hebrejom rozpráva o Ježišovi, že počas svojho pozemského života priniesol s bolestným volaním a slzami obeť modlitieb a úpenlivých prosieb Bohu, ktorý Ho mohol zachrániť pred smrťou; a Boh Ho pre Jeho pokoru vypočul. A hoci bol Božím Synom, naučil sa poslušnosti z utrpenia, ktorým prešiel; tak dosiahol dokonalosť a všetkým, ktorí Ho počúvajú, stal sa Sprievodcom večnej spásy (podľa 5,7-9).

Ježiš musel *pochopiť nevyhnutnosť cesty utrpenia*. Aj pre človeka je požehnaním, keď to pochopí. Preto sa v cirkvi už tradične kládol veľký dôraz na prípravu ľudí na smrť prostredníctvom kázne aj cez osobnú duchovenskú starostlivosť. V našej dobe, keď sa psychologická, mravná a veľakrát aj duchovná príprava na smrť všeobecne eliminujú; duchovná príprava na smrť nie je prakticky vôbec vykonávaná. Stretnutie so smrťou druhých tak spôsobuje nielen zármutok, ale aj šok z absolútnej nepripravenosti na taký druh skúsenosti.

Žiaľ, súčasné módne cirkevné prúdy deformujú úlohu kresťanského kazateľa na hlásateľa dobrých správ, prosperujúceho pozemského života, a víťazstvo nad telesnou chorobou interpretujú ako znak Božej priazne. Je úplne zrejmé, že to mnohí robia aj pod tlakom súčasného spoločenského trendu: skryť zomieranie a smrť pred verejnosťou, zakryť realitu smrti odosobnenú nemocničnou rutinou a pod. Zodpovední kazatelia Božieho slova by mali začať uvažovať o tom, či už nenadišiel čas *zvestovať skutočne*

celé evanjelium, a tak účinne predchádzať biblicky sporným a ľudsky nepotrebným traumám zo stretnutia so smrťou.

Pre blízkych zomierajúceho je smrť bolestnou stratou. Ak sa im nedostalo potrebnej prípravy na túto novú skutočnosť, mávajú veľké problémy vnútorne sa vyrovnáť so vzniknutou situáciou a dostať sa naspäť do plnohodnotného života viery. Pret'aženie v náraze nešťastia, pocit začarovaného kruhu samoty im pomôže uniesť zodpovedný kazateľ podobne, ako to robil smrteľne chorému. Vie, že je na to povolaný, pretože má „plakať s plačúcimi“ a mať porozumenie pre druhého (Rim 12,15-16). Veriaci môžu lepšie pochopiť a prijať nevyhnutnosť utrpenia v živote a pastoračia im má pomôcť, aby tak učinili aj konkrétne vo svojom prípade. Nedajú sa odporučiť žiadne lacné riešenia, ani nijaké kresťanské frázy. Treba hovoriť biblickú pravdu; ohľaduplne a s láskou. Len to prináša skutočnú útechu, hoci celý proces môže trvať dlhšie.

Sprevádzajúci v prípade osobnej pastoračnej starostlivosti o pozostalých pomáha preklenúť aj určité prázdno, ktoré po zosnulom zostalo. Najt'ažšie chvíle prichádzajú najmä na vdovy a vdovcov až neskôr. Prežívajú s určitým „oneskorením“ trvalosť straty blízkeho človeka. Niekedy sa ozýva svedomie ohľadne niektorých starých nevyriešených sporov, inokedy zas prežívajú sebaobviňovanie, že keby boli urobili to či ono, mohol ešte žiť... Ďalšie a ďalšie veci sa dodatočne vynárajú a na ich unesenie je prítomnosť živej pomoci žiaduca. V období prekonávania smútku a bolesti býva tiež zvýšená otvorenosť pre duchovné otázky.

Zomierajúci niekedy pred smrťou povie niečo, čo jeho najbližších zamrzí a nerozumejú tomu; prípadne cítia podráždenie, podvedenie, oklamanie a pod. Jeden muž v mojom (pozn. autora) niekdajšom zbore odkázal z nemocnice svojej manželke, aby za ním nechodila, že ju už nikdy nechce vidieť. Pritom to boli príkladní manželia; o ich láske v priebehu ich dlhého života nikto nezapochyboval. Rodina bola z toho zdesená. Bolo im treba vysvetliť, že zomierajúci vo väčšine prípadov o svojom stave vedia, a kým

celý život sa k niečomu, resp. k niekomu pripútavali; teraz sa potrebujú vnútorne odpútať od ľudí, ktorí patrili medzi ich najbližších.

Pastoračné sprevádzanie smútiacich je u nás málo rozvinuté. Ako inšpiráciu na zamyslenie a motiváciu na rozvoj tohto druhu služby, ktorú môže poskytovať cirkev, uvádzame nasledovné **porovnanie dvoch manuálov na sprevádzanie smútiacich**.

1. manuál (príručka): NELSON, Jan – AAKER, David. *The Bereavement Ministry Program. A comprehensive guide for churches*. Ave Maria Press: Notre Dam, Indiana, USA, 2009.

2. manuál (príručka): *Grief Share. Your Journey from Mourning to Joy*. Church Initiative: Wake Forest, USA, 2007.

Prvý manuál *The Bereavement Ministry Program. A comprehensive guide for churches* je od autorov Jana Nelsona a Davida Aakera. Vydal ho Ave Maria Press, Notre Dam, Indiana, USA, 2009. Spracovaný je vo formáte „letter“; teda je o niečo menší ako náš formát A4. Väzba je riešená krúžkovým mechanizmom, čo umožňuje jednoduché, pohodlné otváranie na príslušnej strane. Navyše svojmu používateľovi ponúka technicky jednoduchú možnosť pridávať vlastné strany, na ktorých si môže poznamenávať svoje úvahy, postrehy, skúsenosti, alebo aj výpisky z priebežne študovanej odbornej literatúry, alebo z Biblie. Celkový rozsah je 306 strán. K papierovému vydaniu manuálu je pripojená elektronická verzia na CD-ROM-e s pracovným materiálom – časťami: II. Základné materiály, III. Doplňkové materiály, IV. obsahuje rôzne formuláre.

Predhovor zdôvodňuje korene projektu, ktorého výsledkom je manuál. Pastoračná služba zomierajúcim a pozostalým má za vznešený cieľ „pomáhať si navzájom, aby život nebol až tak ťažký“; teda uľahčovať nesenie životného bremena. Breme zomierania, smrti a smútenia určite ťažké je. Napriek tomu, podľa autorov, skutočne cielená pastorácia tohto druhu nie je starou záležitosťou. Domnievajú sa, že na príčine je „strach

z neznámeho“. Veľa ľudí sa jednoducho neodváža pohrávať so slovami ako „smrť“ alebo „umieranie“.

Nedostatok alebo absencia podpory a porozumenia v čase smútenia, osobitne po úmrtiach, ako sú samovražda, vražda, smrť dieťaťa a pod., môžu znamenať, že sa spustia dysfunkčné mechanizmy vyrovnávania sa so stratou, napr.: alkoholizmus, zneužívanie drog, samovražda, rozvod, predčasný vstup do manželstva, hypochondria, poruchy spánku, chronická choroba, horkosť, nepriateľstvo, izolácia.

Tento examinovaný program si kladie za cieľ vzbudiť v cirkevných zboroch vedomie o potrebe efektívne sa vyrovnat' so vzrastajúcou potrebou služby smútiacim. Autori na základe zrealizovanej spolupráce vypracovali manuál, ktorý odskúšali počas predchádzajúcej desaťročnej praxe. Zámerom a nádejou autorov je, že prostredníctvom sprevádzania smútiacich dôjde k oslobodeniu smútiacich od ich bremien a obáv pre stále prítomnú náruč milostivého Boha.

Prístupy k sprevádzaniu

V prieskume bolo zistené, že služba sprevádzania smútiacich sa vykonáva v niektorých zboroch duchovnými i laikmi, v iných výhradne laikmi. Osobné návštevy sa vo viacerých zboroch nevykonávajú. Sú však aj také zbory, kde je vytvorená skupina smútiacich, ktorá má jednotlivcom nahradiť osobný pastoračný prístup a sprevádzanie skupinovou podporou.

Manuál predpokladá, že používateľ do sprevádzania smútiacich zahrnie vždy tri elementy:

Úvodnú návštevu, na ktorú sprevádzajúci prinesie balíček s materiálmi primeranými situácii (Úvodný balíček).

Program písania listov počas minimálne prvého roka sprevádzania (Mesačné správy).

Evidenciu plánu osobných návštev.

Materiál obsahuje: (a) Základné zdroje (Úvodný balíček, Mesačné správy). Tieto komponenty sú dodávané pre tri vekové kategórie: pre dospelých, deti a pre tínedžerov. (b) Doplnkové zdroje: Zdroje na zvláštne dni pre službu pri špecifických príležitostiach, ako sú napr. prvé Vianoce po smrti milovanej osoby či deň narodenín mŕtveho. Ďalšou súčasťou sú materiály pre tragické osobné skúsenosti, ako napr. smrť partnera, vražda, neplodnosť, prírodné katastrofy, smrť dieťaťa, znásilnenie a iné napadnutia; smrť rodiča, smrť obľúbeného domáceho zvieratka, samovražda. (c) CD-ROM, ktorý poskytuje materiály buď v editovateľnej forme (MS WORD) pre prípady, keď sa žiada materiály obmieňať; alebo v PDF formáte, ak sa majú vytlačiť bez zmeny.

Tvorba a organizácia programu sprevádzania pri strate vychádzajú z biblického príkazu Ga 6,2: „Jedni neste bremená druhých, a tak naplníte Kristov zákon.“ Privádzajú k piatim organizačným úlohám:

1. *Dat' dokopy tím.* Tím zahŕňa niekoľko členov cirkevného zboru, ktorí budú túto prácu vykonávať. Sú to zväčša laici, ale aj duchovní či rádové sestry a pod. Rozdelia si úlohy a budú sa stretávať raz mesačne.

2. *Tím odborne pripraviť.* Pokiaľ sú v tíme ľudia, ktorí ešte nemali skúsenosti so sprevádzaním tohto druhu, budú potrebovať absolvovať špecializovaný kurz. Výhodou amerického prostredia je, že príručka môže ponúknuť celý výber z množstva vzdelávacích inštitúcií, ktoré sa touto problematikou odborne zaoberajú, a sú dostupné v rozličných častiach USA; uvedú ich adresy a webové stránky. Niektoré majú za sebou dlhú tradíciu a vynikajú odbornosťou overenou v praxi (Stephen Ministries s viac ako 50-ročnou praxou, BeFriender Ministry existuje vyše 30 rokov a pod.). Manuál ponúka aj rad kontaktov na organizácie, ktoré vyvíjajú a publikujú materiály pre službu sprevádzania smútiacich. Na dôvažok pridáva zoznam odporúčanej literatúry na čítanie pre každého, kto sa o túto službu zaujíma.

3. *Pochopiť základy starostlivosti o smútiacich.* Členovia tímu si majú uvedomiť dôležitosť tejto služby. Napr. aj tak, že si uvedomia „efekty“ starostlivosti o smútiacich. Podľa Mayo Clinic Health Information z roku 2007 pre zdravého, resp. prežívajúceho existuje až o 20 % vyšší predpoklad, že zomrie bezprostredne po hospitalizácii alebo úmrtí toho druhého.

Členovia tímu musia vedieť, že ich najdôležitejším poslaním je: byť pri smútiacom. – Aby mal pri sebe človeka. Keď sa niekto smútiaceho opýta, čo ho najviac bolí, spravidla dostane odpoveď: „Som taký sám a opustený.“ Byť tam, prítomný, znamená aktívne načúvať. Povedať týmto ľuďom: „Nie ste pomätení. Každý smúti inakšie. Smútenie sa nedá obísť, treba ním prejsť.“ Existujú normálne vzorce smútenia spoločné pre väčšinu ľudí. Každý smútiaci potrebuje prejsť svoje pocity. Možno by sa potreboval zapojiť do podpornej skupiny. Možno potrebuje hľadať útechu vo svojej viere. Možno potrebuje osloviť druhých. Možno potrebuje niekomu poskytnúť pomoc. Smútenie je proces, ale uzdravenie je voľba.

4. *Zhromažďovať informácie.* Aby bolo možné zistiť údaje pre Mesačné správy, bude treba vykonať terénny výskum. Informácie sa týkajú presne určenej lokality, konkrétne ďalších skupín, ktoré realizujú podporu smútiacim. I v prípade, že ide o malé mesto; treba zistiť, kde najbližšie pôsobí taká skupina, hoci môže pôsobiť dosť ďaleko. Niektorí ľudia v USA podľa zistení cestujú na podpornú skupinu i viac ako 250 km. Treba zhromažďovať aj ďalšie informácie, ako napr. poéziu a pod.

5. *Koordinovať iné zdroje.* V praxi je každá pomoc súčasťou sprevádzania. Pre staršiu vdovu/staršieho vdovca sú to napr.: finančná pomoc, udržiavanie domácnosti – pranie, práce v záhrade, príprava pokrmov, nákupy potravín a pod.; pomoc so starostlivosťou o seba, doprava na stretnutia. Pre mladšiu vdovu/mladšieho vdovca: stráženie detí, finančná pomoc, zháňanie práce, udržiavanie domácnosti. Pre každého v počiatočnej fáze smútenia: príprava jedál, nákupy potravín, pomoc so starostlivosťou o deti. Treba jednoducho prísť a so smútiacim si sadnúť.

Analyzovaná príručka ponúka viacero možností, ktorú časť z nej upotrebiť a ako. Aby bola využitá čo najefektívnejšie, zvoliť treba podľa najšpecifickejších opisov situácií smútiacich. Napríklad: Ak žena stratila manžela, adekvátnou bude časť „Smrť partnera“, nie časť „Smútenie dospelých“ a pod.

Ak je členom podpornej skupiny aj duchovný, je možné, že bude nejakým spôsobom zahrnutý do procesu smútenia ešte skôr, ako osoba, za ktorou niekto smúti, zomrie. Program analyzovanej príručky však počíta s tým, že „úvodná návšteva“ sa uskutoční krátko potom, čo príde k strate. Pri tejto návšteve sa odovzdá „Prvý balíček“ s materiálmi. Na prvej návšteve sa budú čítať materiály z balíčka spolu so smútiacou osobou. Vysvetlí sa jej, že bude dostávať mesačné správy, ktoré môže uložiť sem. Príručka zachádza až do takých detailov, ako napr., že sprevádzajúci má smútiacemu pomôcť nájsť miesto uloženia tejto zložky, či vytvoriť konkrétne príklady vhodných otázok na diskusiu.

Následná starostlivosť – pastoračné návštevy musia byť súčasťou efektívneho sprevádzania smútiacich. Autori príručky však podotýkajú, že aj pravidelné písanie listov sa ukázalo ako vhodný doplnok osobných návštev. Preto chcú, aby „Mesačné správy“ mali práve formu osobných listov. Odporúčajú venovať sa týmto listom, správne osloviť, dopĺňať detaily, odkazovať na špecifiká smútenia a pod. V príručke používateľ nájde aj konkrétne príklady vzorových listov. Odporúčajú sa posielat' najmä cez sviatky a v iných dôležitých dňoch.

Pokiaľ ide o osobné návštevy, autori manuálu radia, aby posledný odoslaný list poslúžil ako materiál na rozhovor. Poslednú „Mesačnú správu“ môže sprevádzajúci vytlačiť a priniest so sebou. Pri osobných návštevách môžu byť dodané aj letáky, ktoré sa dajú vytlačiť z priloženého CD. Ide o krátke materiály v rozsahu do 1 strany formátu A4, s krátkou úvahou a pridaným biblickým citátom. Používateľ tam nájde i rad podnetov na osobné návštevy, napr. v súvislosti s významnými dňami roka, ako sú sviatky, výročia a pod.

Materiál ďalej radí, aby si užívateľ – pastorálny sprievodca pri smútení – vypracoval dlhodobý plán starostlivosti. V priebehu prvého roka podpory smútiaceho kombinuje písanie listov (cca dvakrát mesačne) a návštev (cca raz mesačne), ale medzitým môže ešte nad rámec napísať dva až štyri listy alebo pohľadnice pri významných dňoch a navyše vykonať štyri až šesť osobných návštev.

V druhom roku sa starostlivosť obmedzí len na posielanie pohľadníc pri významných dňoch. Ak sa určitá osoba ťažko vyrovnáva so stratou, odporúča sa zaradiť si ju na zoznam osobných návštev.

V priebehu tretieho roka podpory smútiaceho sa odporúča iba pripomenutie pri výročí úmrtia alebo pri iných významných dňoch. Po tretom roku sa celý fascikel materiálov odkladá do archívu a označí ako „neaktívny“.

Príručka ďalej poskytuje obsiahly vzorový materiál, konkrétne príklady plánu podpory smútiacich. Nasledujú vypracované materiály pre rôzne kategórie podpory smútiacich. Z nich sa používateľ dozvie, aké sú fyzické symptómy zármutku, konkrétne návody na to, ako smútiaceho priviesť k rozhodnutiu fyzicky cvičiť, vhodne sa stravovať; čo robiť, aby smútiaci kvalitne spal, a súčasne je tam uvedená aj odporúčaná literatúra, vhodná na čítanie pre smútiaceho.

V ďalšej časti používateľ nájde poučenie k „Mesačným správam“ s detailne opísaným procesom smútenia; dočíta sa o mýtoch spojených so smútením, o emóciách, meditácii, viere, narábaní s vlastným zármutkom, o návrate do „normálu“, o presvedčení o živote po smrti, o podpornej skupine a ďalších potrebných záležitostiach.

Modifikovaný materiál tohto druhu sa nachádza v kapitole o podpore smútiacich detí, samozrejme, s príslušnými špecifikami a konkrétnymi ukážkami osobných materiálov sprevádzajúceho. V samostatnej kapitole je množstvo informácií o vzťahu detí k smrti v závislosti od ich vývoja

(vekovej kategórie). Príručka navrhuje celkom konkrétne aktivity pre sprevádzajúceho a dieťa, ako aj odporúčané čítanie. Vysvetľuje, čo je modlitba, meditácia; poskytuje predlohy k práci s emóciami, dáva podnety na rozhovory o nebi a o posmrtnom živote atď.

Rovnako cenná je aj tretia časť, v ktorej sú doplnkové materiály k významným dňom a sviatkom určené na podporu smútiacich; materiály pre osobitné prípady straty, návody na riešenie finančných záležitostí a kontakty na skupiny pre vdovy a vdovcov. Zahrnutá je aj konkrétna vhodná literatúra v angličtine. Táto časť príručky je logicky využiteľná predovšetkým v USA.

V poslednej časti nachádzame okrem iného aj cenné pokyny, ako môže k procesu vyrovnávania sa so stratou prispieť cirkevný zbor, a ako treba pomáhať ľuďom udržiavať sa v dobrej, zdravej kondícii. Všetko je to spracované v presvedčení, že viera zohráva podstatnú, ak nie rozhodujúcu úlohu.

V závere sú pridané rôzne interaktívne grafické a textové pomôcky; tie možno rozmnožiť a používať pri procese vyrovnávania sa so stratou. Ide o vynikajúci materiál. Jeho zámerom je využiť poznatky spoločenských vied a teológie v procese podpory smútiacich. Cieľom je dostať smútiacich do normálneho, plnohodnotného života, ktorý sa vyrovnal so stratou a napreduje bez bremena nevyrovnaných stavov, čo vznikajú pri strate milovanej osoby, popr. „domáceho miláčika“ – zvieratka.

Druhý manuál nesie názov *Grief Share. Your Journey from Mourning to Joy*. Vydavateľ: Church Initiative, Wake Forest, USA, 2007. Dodáva sa vo forme „kufríka“ naplneného manuálom pre vedúceho a pre smútiacich sériou šiestich DVD a propagačného materiálu. Príručka pre smútiacich je spracovaná vo formáte „letter“; rovnako ako v prípade predchádzajúceho materiálu. Väzba je však lepená. Otvára sa síce dobre, ale neumožňuje

pridávať strany s poznámkami ani vyberať strany; je teda menej praktická. Odlišuje sa atraktívnym grafickým spracovaním, na prvý pohľad je príťažlivejšia. Celkový rozsah je 158 strán.

Informácie o vydavateľovi sú dostupné na stránke <http://www.churchinitiative.org/>. Organizácia Church Initiative je nenedominačná, nezisková organizácia, ktorá podľa dostupných, ňou zverejnených informácií slúži 16 000 cirkevným zborom po celom svete. Z materiálov však získavame dojem, že údaj je nadsadený; ide totiž skôr o iniciatívu s pôsobnosťou v USA a v Kanade. Keďže ide o súkromný projekt, zverejňuje svoje základné hodnoty, a to: Church Initiative má ambície byť kristocentrická, biblicky založená, a snaží sa pracovať prostredníctvom služby miestnych cirkevných zborov. Za svoje poslanie si stanovila vytvárať biblické, kristocentrické materiály mobilizujúce ľudí v kontexte miestnych zborov. Na stratégiu plnenia svojho poslania používa dva nástroje: (1) vytváranie kristocentrických, biblických študijných plánov s podporou videoproduktov a (2) poskytovanie bezplatnej, stále prebiehajúcej konzultačnej podpory cirkevným zborom a vedúcim služieb. To všetko s víziou,

- aby cirkevné zbory dopomáhali rozvedeným a smútiacim, ako aj single rodičom k uzdraveniu a k nádeji,
- aby sa cirkvi efektívne presadzovali a numericky rástli,
- aby si neveriaci uvedomovali, že bez vzťahu s Kristom nikdy nezažijú pravé uzdravenie,
- aby neveriaci prišli k viere v Krista cez odpustenie hriechov na základe počutia evanjelia v kontexte cirkevného zboru,
- aby si Kristovi nasledovníci uvedomovali, že majú prístup k Božím zdrojom a skúsenosti s úplným uzdravením od bolesti rozvodu a zármutku,
- aby si ľudia uvedomili, že Boh často používa tragédiu a utrpenie, aby pomohol v raste,

- pomôcť cirkevným zborom s materiálmi, ktoré vybaví laických vedúcich, aby sa mohli zaoberať svojou službou s nadšením a pritom využívali Bohom dané dary dokonalým spôsobom.

Manuál je pripravený tak, aby pomáhal ľuďom dostať sa z hlbokého zranenia stratou. Skúsenosť s Griefshare (delením zármutku) obsahuje tri kľúčové prvky; tie spolupôsobením vedú osobu v uzdravujúcom procese:

1. Video seminár. 2. Podporná skupinka. 3. Pracovný zošit.

1. *Video seminár*: Pri každom stretnutí sa premietne video, v ktorom sa predstavia osobné príbehy ľudí, ktorí smútili po strate milovanej osoby, s odbornými pohľadmi na skúsenosť zotavenia zo zármutku. Pri prezeraní videozáznamu má dochádzať k objavovaniu nových spôsobov porozumenia toho, čo sa so smútiacim deje. Zmena spôsobu nazerania na smútenie má byť kľúčom k uzdraveniu zo zármutku. Pri video seminároch si majú účastníci robiť poznámky do pripravených nárysov videí v manuáli.

Video semináre sa dajú dopĺňať DVD materiálom s hlbšími informáciami pre tých, ktorí také informácie chcú. Vyvinuté sú aj špeciálne videá pre deti, ktoré sa vyrovnávajú so zármutkom.

2. *Podporná skupinka*: Potom, čo si smútiaci video prezreli, stanú sa členmi podpornej skupinky a zapoja sa do diskusií. Tvorcovia materiálu veria, že keď jednotlivci sami napíšu alebo osobne porozprávajú o znepokojujúcich skúsenostiach, nastanú významné uzdravujúce zmeny. Predpokladajú, že zo skupinky sa stane niečo ako „rodina“. Vedúci skupín budú mať pripravené otázky, aby nimi napomohli v priebehu stretnutí, pretože je dôležité nadviazať na slová o skúškach, problémoch a úspechoch, ktoré členovia skupinky zakúšali medzi jednotlivými schôdzkami. Delenie sa o skúsenosti pomôže usporiadať si a objasniť myšlienky o tom, čo sa odohráva so smútiacim a v jeho vnútri, a dovoľí druhým porozumieť, ako mu môžu pri sprevádzaní pomôcť.

3. Pracovný zošit:

Príručka sa sústreďuje na niekoľko častí:

Cvičenia nazvané Od smútenia k radosti. Obsahujú modlitby, reflexie, otázky a verše z Písma svätého. Majú potešiť a posilniť na ceste smútenia cez svieži pohľad na to, čo o smútení hovorí Boh.

Týždenný denník. Obsahuje výzvy a otázky, na ktoré treba pri písaní klásť dôraz. Zaznamenávanie myšlienok, otázok, obáv, nádejí a strát sa môže v procese smútenia stať hodnotou.

Kartičky starostlivosti. Na konci príručky na nachádza 13 kartičiek. Sú perforované, možno ich ľahko oddeliť a umiestniť tam, kde ich možno mať – hoci stále – na očiach.

Príručka tiež obsahuje: Základy uzdravenia opisujúce, ako môže smútiaci stavať svoj život na pevnom základe Ježiša Krista.

Ďalšou súčasťou je návod na vytvorenie listu, v ktorom smútiaci napíše priateľom, ako im môže pomôcť.

V článku „Čo všetko možno očakávať od sprevádzajúcich?“ sa smútiaci dozvie, v čom mu sprevádzajúci môžu reálne pomôcť.

Na zadnom obale príručky sú perforované, oddeliteľné ďakovné a pozývacie kartičky. Tie môže smútiaci vyplniť a poslať svojim priateľom a/alebo cirkevným pracovníkom.

Príručka má tiež odkaz na Stredisko pomoci (strana IX), kde sa dajú nájsť materiály, ktoré sú k dispozícii buď online, alebo ako tlačené pomôcky.

Dôležitou stránkou sú aj smernice pre skupinky. Zdôrazňuje sa dôvera („spovedné tajomstvo“) s cieľom vytvárať takéto prostredie dôvery. Ďalej

zásada pri vzájomnom zdôverovaní: Ide o možnosť, ale nie povinnosť! Tretou smernicou je požiadavka citlivosti (byť si vedomý, že niektorí sú hanbliví a ťažko sa prejavujú). Budovanie vzájomnej dôvery a dobré spôsoby v skupinke sú podmienkou, aby sa podarilo ochrániť integritu programu, ale i každého člena skupinky.

Príručka je vyvinutá pre ľudí, ktorí veria v uzdravenie prostredníctvom vzťahu s Ježišom Kristom. Video a audioprodukcia k programu obsahuje na viacerých miestach svedectvá ľudí o dôležitosti tohto vzťahu s Ježišom Kristom pre uzdravenie z hlbokej bolesti zármutku; o tom, že v skutočnosti bez tohto vzťahu a bez Kristovej moci v živote každého jednotlivca nie je plného uzdravenia. Dosiahnuť permanentnú stabilitu možno analogicky tak, že Boh sa stane stredom života. K tomu smútiaci dospeje vyznávaním hriechov, ktoré ho oddeľujú od Boha. Príručka vychádza z faktu, že hriech je všeobecným problémom s odvolávkou na Rim 3,23: „... lebo všetci zhrešili a nemajú Božiu slávu.“ a Rim 6,23: „Lebo mzdou hriechu je smrť a darom Božej milosti je večný život v Ježišovi Kristovi, našom Pánovi.“ Kto chce prijať uzdravujúce spoločenstvo s Ježišom, môže ho prijať ako dar, podľa Ef 2,8n: „Veď ste spasení milosťou skrze vieru. A to nie je z vás, je to Boží dar. Nie zo skutkov, aby sa nikto nevystatoval.“

Manuál sa obsiahlo venuje evanjelizačnej téme hneď na začiatku, čím podčiarkuje metodiku práce podpory smútenia. Kto sa poddá Ježišovi a stane sa Jeho učeníkom, mocou Božej prítomnosti nadobúda podporu. Veľká časť tohto procesu závisí od smútiaceho; od jeho vnútorného života viery. Konkrétna úloha sprevádzajúceho vyšpecifikovaná v tejto časti nie je.

Používateľ príručky je vedený trinástimi reláciami – „sessions“. Každá relácia je rozdelená do série piatich dní. Smútiaci si pozrie video seminár. Robí si poznámky o dôležitých konceptoch, povzbudzujúcich slovách alebo si zaznamenáva otázky, ktoré mu počas sledovania videa môžu napadnúť. Zúčastňuje sa skupinovej diskusie a pracuje s pracovným zošitom – snaží sa písomne zachytiť témy, ktoré predkladá príručka. Mnohé z otázok sú základné, avšak práve preto možno nie vždy smútiacimi plne reflektované,

lebo ich zdanlivá trivialita ich reflektovať bez cudzej pomoci nevyzýva. Napr.: Je pre mňa správne, aby som smútil? Ako dlho bude zármutok trvať? Ako si poradiť s emóciami, ktoré ma premáhajú? Ako zvládnem veľké rozhodnutia, ktoré treba urobiť? – A príručka hneď nápadne radí v inej farbe písma: Očakávaj Boha, ktorý ti ukáže, že existuje nádej. Smútiaceho sprevádzajú odkazy na Božie slovo, na Ježiša, na rozhovor s Bohom – modlitbu. Smútiaci nemá popierať skutočnosť svojho zármutku. Naopak, má si uvedomovať aj občasnú paradoxnosť situácie: Prežíva naplnenie pokojom, avšak súčasne vie, že môže eventuálne podľahnúť emóciám zármutku. Emócie prichádzajú v tejto sile a podobe preto, že smútiaci miloval osobu, ktorú stratil. Preto sa má obracať na Boha, kedykoľvek k návalu emócií dochádza, a o dar pokoja opätovne prosiť. Po nejakom čase si má položiť skúšobnú otázku, či našiel potešenie a ktoré zdroje potešenia mu Boh daroval.

Príručka obsahuje aj škálované tabuľky umožňujúce užívateľovi osobne ohodnotiť, ako sa v priebehu týždňa cítil. Neskôr si tú istú tabuľku znovu vyplní a má ju možnosť porovnať so subjektívnym ohodnotením svojho stavu emócií, fyzického a duchovného stavu i vzťahov k druhým ľuďom.

Autor príručky vie, že smútiaci potrebuje interakciu s druhými. Dopraje mu písať fiktívne listy priateľom, rodine, duchovnému. Listy majú mať úprimný, otvorený obsah. Smútiacemu sa radí, aby sa nepretvaroval; aby vyjadroval ten stupeň vyrovnania sa so stratou, na ktorom sa práve nachádza. Nároky na smútiaceho sa postupne zvyšujú a vedú ho k poslušnosti vybraných tém z Písma. V deviatej relácii sa už použije text z Jk 1,22: „Buďte uskutočňovateľmi slova, nielen poslucháčmi, ktorí klamú sami seba.“ Pozornosť sa obracia k čestnosti pred sebou, pred Bohom i pred spoločenstvom ľudí, medzi ktorými sú takisto smútiaci, zápasiaci, avšak víťazi. Tí sú modelom, vzorom pre smútiaceho; k nim má obracať svoju pozornosť a postupne sa dostávať do tej istej víťaznej pozície. Na konci smútenia tak má stáť človek, ktorý sa vo viere posunul ďalej: je pevnejší, stálejší a pripravený na prípadné životné straty lepšie ako pred aktuálnym smútením. Ten pokrok spočíva v tom, že smútiaci uzná

suverenitu Boha, ktorý má vládu nad každým vrátane smútiaceho. Najväčším problémom napokon nie je smútenie, ale hriech. Smútiaci to uzná a prijme. V následnom živote vie akceptovať, posilnený Božím slovom a poslušnosťou, že radosť a zármutok môžu koexistovať. Riešenie je v ňom; v postoji vyjadrenom žalmistom (28,6n): „Nech je zvelebený Hospodin, lebo vypočul moje úpenlivé volanie o pomoc. Hospodin je moja sila a môj štít.“

Posledná relácia privádza smútiaceho k výhľadu na nebo a večný život s Bohom. Na diskusiu predkladá konkrétne otázky, s ktorými sa smútiaci môže vyrovnávať, ako napr.: Uvidím ešte niekedy svojho milovaného/svoju milovanú? Budem i v nebi oddaný svojomu partnerovi/svojej partnerke? Ako ma môžu myšlienky na nebo potešiť v zármutku? Na to je opäť odporučený klasický postup s video vstupom. Uvádza na pravú mieru, čo sú to mýty a čo je skutočnosť podľa Písma.

Skúmané príručky určené na sprevádzanie smútiacich sú *metodologicky rozdielne*.

Prvá príručka „The Bereavement Ministry Program. A comprehensive guide for churches“ vznikla už v roku 1998 a jej ďalšie vydanie v roku 2008. – Túto novšiu verziu má naša univerzitná knižnica a s ňou som sa oboznámil aj ja (pozn. autora). Cena cca 50 USD. Vydalo ju vydavateľstvo Ave Maria Press s bohatou tradíciou (založené 1865, <https://www.avemariapress.com/>).

Vychádza z poznatkov pastorálneho poradenstva, z odborných výsledkov príbuzných disciplín, ale aj z úlohy a možností cirkevného spoločenstva a sprevádzajúcej osoby. Osobná návšteva, osobné listy, plán osobných návštev – celý program podčiarkuje medziľudskú interakciu, osobné delenie sa o skúsenosti viery a podpory sprevádzajúceho a smútiaceho a skupinovej podpory. Materiál tak vyzdvihuje význam osobných kontaktov, svedectiev prítomných, reálnych ľudí, a podpory druhého pri prekonávaní ťažkostí – uzdravovaní smútiaceho.

Ide o materiál vyvinutý v rámci amerického katolicizmu, avšak jeho využitie prekračuje hranice rímskokatolíckej cirkvi. Nadväzuje na starokresťanskú prax, a tým sa stáva pomerne širokou základňou pre všetkých, ktorí uvažujú o jeho využití pri sprevádzaní a v skupinkách smútiacich. Materiál nie je nový, už vôbec nie experimentálny. Je odskúšaný dlhoročným užívaním vo farnostiach a prispôsobiteľný rozličnému auditóriu podľa toho, akú traumatu-ktorý smútiaci prežil. Program poskytuje veľmi zrozumiteľný systém a potrebné materiály pre začiatočnícke skupiny, pôsobiace v cirkvi a s cirkevnou podporou; zahŕňa jednotlivcov i celé rodiny.

Priložený CD – ROM obsahuje listy a zdroje potrebné na realizáciu programu. Odporúčaná literatúra na čítanie je s novou edíciou aktualizovaná; podobne je aj zoznam národných podporných skupín revidovaný a doplnený. Navyše všetci slúžiaci dostávajú extenzívne praktické rady, ako majú smútiaci zvládať stres, ako si majú zabezpečiť dostatočný spánok a cvičenie, modlitbu, ako robiť zápisky a ďalšie pokyny na „zdravé smútenie“.

Materiál možno odporučiť ako zaručený, teologicky zdravý a využiteľný v našich podmienkach. Jeho príprava by bola menej náročná na financovanie a výsledný produkt finančne dostupnejší aj pre naše často finančne slabšie zbory.

Druhú príručku s príslušenstvom (kufrík materiálov v cene cca 350 USD) vydala súkromná iniciatíva GriefShare (<http://www.griefshare.org>), ktorá sa bližšie cirkevne neprezentuje. Z prístupu k riešeniu smútenia sa zdá, že ide o iniciatívu pochádzajúcu z bližšie neidentifikovateľných evanjelikálnych kruhov.

Táto príručka vychádza z možností a schopností smútiaceho, spolieha sa viac na jeho individualitu. Predpokladá, že zármutok je nepochopená, resp. nesprávne chápaná vec; o zármutku sa nehovorí vôbec, alebo iba málo,

málo sa reflektuje. Preto je človek zármutkom zaskočený a potrebuje duchovnú podporu. Túto podporu mu má poskytnúť rad materiálov, pripravených odborníkmi. Využívajú video techniku, ale aj klasický papierový materiál. Metodika prístupu k podpore smútiacich je založená na presvedčení, že zotavenie zo smútenia je úlohou pre samotného smútiaceho, ktorý sa má smútením dostať z duchovnej krízy a vyjsť z nej posilnený v duchovnom živote. On je ten, kto sa sám hodnotí: kto si má uvedomiť rozdiel medzi Bohom a človekom, medzi stálosťou a pominulosťou. On je ten, kto si má byť vedomý účinkov zármutku; kto si má urobiť čas na smútenie a prostredníctvom smútenia upresniť Boží obraz v sebe.

Nie je to terapia v pravom slova zmysle. Nie je to ani alternatívna liečba typickým kresťanským poradenstvom. Autori pripúšťajú, že aj klasické kresťanské poradenstvo môže priniesť určité výsledky, avšak cesta zo smútenia k plnohodnotnému životu vedie podľa ich metodiky cez myšlienky a pocity straty v živote, ktorú smútiaca osoba utrpela. Cestou viery smútiaceho, ktorý pod vedením poskytovaných materiálov získa silu so svojím stavom sa vyrovnat', v optimálnom prípade je aj dostať sa ďalej, byť pevnejší a statočnejší a odolávať ďalším možným životným stratám s výhľadom na Božie požehnania, ktoré z toho môžu vyplynúť. Je to vlastne „akčný plán veriaceho“; ide o obnovu viery a o akciu, ktorá je obnovenej viere primeraná. Apeluje sa menej na rozum, viacej na srdce – na city a na vieru.

Aj tento materiál možno odporučiť. Zdá sa nám však, že nebude každému a vo všetkom teologicky vyhovovať. Evanjelikalizmus je zo stránky teologických úsudkov pomerne pestrý. Z tohto dôvodu, ale aj pre finančnú náročnosť prípravy materiálov, je využiteľný v našich podmienkach iba obmedzene. Jeho príprava by bola náročnejšia vzhľadom na ľudské i finančné zdroje, ak by malo ísť o vlastný podľa tejto metodiky vytvorený materiál na Slovensku. Jeho cena by bola vyššia, a tým by bol i ťažšie dostupný.

Literatúra citovaná a odporúčaná (iba malý výber)

- BADENAS, R., 2015. *Ako čeliť utrpeniu. Odvaha a nádej vo svete plnom problémov*. Vrutky: Advent Orion.
- BALDERMANN, I., 2004. *Úvod do biblickej didaktiky*. Jihlava: Mlýn.
- BRÁDŇANSKÁ, N. , 1999. *Pastorálny postoj k smrti človeka so zameraním na zomieranie detí a dospievajúcich*. Bratislava: Inštitút vzdelávania ECM.
- BRANTSCHEN, J. , 1994. *Proč nás dobrý Bůh nechává trpět*. Praha: Scriptum.
- BROŽ, L., 1974. *Evangelium dnes*. Praha: Kalich.
- BUDA, B., 1994. *Empatia*. Nové Zámky: Psychprof.
- CLEBSCH, W. A. – JAECKLE, Ch. R., 1964. *Pastoral Care in Historical Perspective*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- CLINEBELL, H., 1984. *Basic Types of Pastoral Care and Counseling*. Nashville: Abingdon.
- COLLINS, G. R., 1993. *Biblical Basis of Christian Counseling for People Helpers*. Colorado Springs: NavPress.
- COLLINS, G. R., 1988. *Christian Counseling*. Dallas: Word Publishing.
- DAYRINGER, R. L., 1981. *Pastor and Patient*. Lanham: Jason Aronson Inc. Publishers.
- DI GIULIO R. – KRANZOVÁ R., 1997. *O smrti*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny.
- Dictionary of Pastoral Care and Counseling*. Nashville: Abingdon Press, 1997.
- DRAPELA, V. J., 1997. *Přehled teorií osobnosti*. Praha: Portál.
- ESCHMANN, H., 2002. *Theologie der Seelsorge. Grundlagen – Konkretionen – Perspektiven*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener.
- FAZEKAŠ, Ľ., 1981. *Posvätenie ako boboslužba všedného dňa*. Bratislava: CB.

- FAZEKAŠ, Ľ., 2002. *Svätí v civile. Kapitoly z kresťanskej principiálnej etiky*. Banská Bystrica: ZEC.
- FOX, H. E – MORRIS, G. E., 2002. *Faith-Sharing*. Nashville: Disciple Resources.
- FOWLER, James W., 1987. *Faith Development and Pastoral Care*. Philadelphia: Fortress Press.
- FRANKL V., 1994. *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta.
- FRANKL V., 1997. *Vůle ke smyslu*. Brno: Cesta.
- Grief Share. Your Journey from Mourning to Joy*, 2007. Church Initiative: Wake Forest.
- HANES, P. – MASARIK, A. – PROCHÁZKA, P. a kol., 2003. *Úlohy cirkvi v obrozenom svete*. Zborník z vedeckej teologickej konferencie. Banská Bystrica: PF UMB.
- HANESOVÁ, D., 2007. Hodnotenie výkonu a vedenie k duchovnej skúsenosti žiaka. In: *Viera v moc a moc viery*. Zborník z teologickej konferencie. Banská Bystrica: ZEC vo vydavateľstve TRIAN, s r.o..
- HAŠKOVCOVÁ, H., 1975. *Rub života – líc smrti*. Praha: Orbis.
- HAŠKOVCOVÁ, H., 1985. *Spoutaný život*. Praha: Panorama.
- HAVRÁNEK, A., 1986. *Úvahy o pastýřské péči*. Praha: ÚCN.
- HOLST, Lawrence E. (Ed.), 1996. *Hospital Ministry*. New York: Crossroad Publishing Company.
- HUNTER, R. J., 1996. *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*. Electronic edition. Abingdon Software.
- KAŠPARŮ, M., 2002. *Základy pastorální psychiatrie pro zpovědníky*. Brno: Cesta.
- KIELBASA, M., 2012. *Total Youth Ministry*. Cincinnati: Saint Mary's Press.
- KLESSMANN, M., 2012. *Seelsorge*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH (4. vydání).

- KŘIVOHLAVÝ, J. – KACZMARCZYK S., 1995. *Poslední úsek cesty*. Praha: Návrat domů.
- KŘIVOHLAVÝ, J., 1994. *Mít pro co žít*. Praha: Návrat domů.
- KŘIVOHLAVÝ, J., 1991. *Křesťanská péče o nemocné*. Praha: Advent.
- KŘIVOHLAVÝ, J., 1993. *Povídej, naslouchám*. Praha: Návrat domů.
- KŘIVOHLAVÝ, J., 1997. *Sdílení naděje*. Praha: Návrat domů.
- KUBÍKOVÁ, J., 1992. *Pastorace v mimořádných případech*. Bratislava: ECM.
- LACHMANOVÁ, K., 1996. *Vězení s klíčem uvnitř*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.
- LUKASOVÁ, E., 1998. *I tvoje utrpení má smysl*. Brno: Cesta.
- MASARIK, A. – BRÁDŇANSKÁ, N. a kol., 2007. *Cirkev v pluralistickej Európe*. Teologické štúdie č. 1. Bratislava: BJB.
- MASTERS, W. H.; JOHNSON, V. E.; KOLODNY, R. C., 1988. *Masters and Johnson on Sex and Human Loving*. Little, Brown and Company.
- McMINN, M. R., 1991. *Cognitive Therapy Techniques in Christian Counseling*. Dallas: Word Publishing.
- McMINN, M. R., 1996. *Psychology, Theology and Spirituality in Christian Counseling*. Wheaton: Tyndale House Publishers.
- NELSON, J. – AAKER, D., 2009. *The Bereavement Ministry Program. A comprehensive guide for churches*. Ave Maria Press: Notre Dam, Indiana, USA.
- ODEN, T. C., 1983. *Pastoral Theology. Essentials of Ministry*. New York: HarperCollins Publishers.
- ODEN, T. C., 2000. *Classical Pastoral Care*. Volume four: *Crisis Ministries*. Grand Rapids: Baker Books.
- ODEN, T. C., 2000. *Classical Pastoral Care*. Volume two: *Ministry Through Word & Sacrament*. Grand Rapids: Baker Books, second printing.

OPATRŇÝ, A., 1995. *Malá příručka pastorační péče o nemocné*. Praha: Pastorační středisko.

OPATRŇÝ, A., 2006. *Cesty pastorače v pluralitní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.

PERES, I., 2007. Transcendentálna andragogika, in: *Eruditio-Educatio* 2 (2007/3), 31-43.

PERES, I., 2006. Pedagogické aspekty súčasnej duchovenskej služby, in: *Evangelikálny teologický časopis*, 5 (2006/1), 39-46.

PERES, I., 2002. *Aspekty výchovy a vzdelávania v antike a v spisoch Nového zákona. BAB 1*. Bratislava: Academia Christiana,.

PESCHKE, K. H., 1999. *Křesťanská etika*. Praha: Vyšehrad.

POIRIER, A., 2006. *The Peace Making Pastor. A Biblical Guide to Resolving Church Conflict*. Grand Rapids: Baker Books.

PROCHÁZKA, P., 2014. Poznámky k teológii paliatívnej pastoračnej starostlivosti. IN: MASARIK, A. a kol. *Možnosti sprevádzania umierajúcich a pozostalých v SR*. Banská Bystrica: ZEC, s. 65-78.

PROCHÁZKA, P., 2013. *Pastorační provázení*. Praha: Institut vzdělávání ECM.

PROCHÁZKA, P., 2012. *Pastorálna teológia 1. Pastoračné sprevádzanie*. Banská Bystrica: PF UMB – Združenie Pedagóg o.z.

PROCHÁZKA, P., 2011. Tlak manažmentu a etika v pastoračnej starostlivosti. In: HANESOVÁ, D. (ed.) *Biblia a etika*. Banská Bystrica: Pedagogická fakulta Univerzity Mateja Bela, s. 151-156.

PROCHÁZKA, P., 2010. Kultúra každodennosti a pastorácia. In: LIBA, Peter (ed.). *Stimuly kresťanskej kultúry*. Nitra: Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, s. 91- 114.

PROCHÁZKA, P., 2008. Pastorační péče o seniory, nemocné, umírající a pozůstalé. In: PROCHÁZKA, Pavel a POKORNÝ, Pavel. *Pastorační péče v kontextu nemoci. (Studijní texty pro pastory a pastorační pracovníky I.)* Český Těšín:

Slezská církev evangelická a. v. ve spolupráci s Ostravskou univerzitou v Ostravě, s. 5 – 32.

PROCHÁZKA, P., 2003. Pastoračné východiská pomoci ľuďom trpiacim úzkosťou. In: *Úlohy cirkvi v ohrozenom svete*. Zborník z vedeckej teologickej konferencie. Banská Bystrica: PF UMB, s. 27-31.

PROCHÁZKA, P., 2001. Dopad trhového hospodárstva na pastoračiu. In: KIŠŠ, Igor et. al.: *Trhové hospodárstvo z hľadiska teologickej etiky*. Bratislava: Evanjelická bohoslovecká fakulta UK, s. 86 - 95.

ROGERS, C. R., 1998. *Způsob bytí*. Praha: Portál.

SANDE, K., 2005. *The Peace Maker. A Biblical Guide to Resolving Personal Conflict*. Fourth printing. Grand Rapids: Baker Books.

Sborník přednášek z odborné konference, 1990. *Psychológia a pastorácia*, Dolný Smokovec.

SCHNEEBERGER, V., 2000. *Všetchno podle řádu*. Praha: ECM.

SLABÝ, A., 1991. *Pastorální medicína a zdravotní etika*. Praha: Karolinum.

SMOLÍK, J., 1991. *Pastýřská péče*, Praha: Kalich.

STERNBERG, R. J. Triangulating love. In R. J. Sternberg, & M. L. Barnes (Eds.), 1988. *The psychology of love* (pp.119–138). New Haven: Yale University Press.

STOFF, G., 1995. *Síla na cestu*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.

SVATOŠOVÁ, M., 1998. *Hospic slovem a obrazem*. Praha: Ecce homo.

SZENTMÁRTONI, M., 1999. *Úvod do pastorálnej teológie*. Trnava: Dobrá kniha.

TASCHNER, K (ed)., 2004. *Vzťah teologie a psychologie v pastoračním poradenství*. Sborník evangelikálních teologů. Praha: SET/ETS.

TILLICH, P., 1973. *The Courage to Be*. London and Glasgow: Collins.

TOMÁNEK, P., 2013. *Diabol: Božie stvorenie? Nástrahy v súčasnej spoločnosti a rodine*. Brno: Tribun EU.

TRESMONTANT, C., 2000. *Základy teologie*. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL.

VIRT, G., 2000. *Žít až do konce*. Praha: Vyšehrad.

VORLÍČEK, J. – ADAM, Z. a kol., 1998. *Paliativní medicína*. Praha: Grada Publisching.

WARREN, R., 2005. *Cílevědomá církev*. Praha: Návrat domů.

WESLEY, J., 1992. *Deník*. Přeložil V. D. Schneeberger. Praha: ECM.

WESLEY, J., 1995. *Cesta s Bohem. Jedenáct promluv*. Praha: ECM.

WESLEY, J., 2005. *O křesťanské dokonalosti*. Přeložil V. D. Schneeberger. Praha: ECM.

WHITTAKER, J. O., 1966. *Introduction to Psychology*. Philadelphia-London.

Zborník prednášok, 1991. *Psychológia a pastoračia*, Bratislava: Špirála.