

Leopold Slaninka SJ

Človek ako priesečník ľudskosti
a duchovnosti

psychológia a spiritualita

Človek ako priesečník ľudskosti a duchovnosti

Leopold Slaninka SJ

PSYCHOLÓGIA A SPIRITUALITA

OBSAH

Úvod

1. POVOLANIE ČLOVEKA

- 1.1 Čo je v živote dôležité
- 1.2 Transcendentná metóda a proces sebatranscedencie
- 1.3 Hodnoty
- 1.4 Psychologické potreby
- 1.5 Vnútorne postoje
- 1.6 Pocity a emočný proces

Súhrn

2. KTO JE ČLOVEK

- 2.1 Tri úrovne psychického života
- 2.2 Základná ľudská dialektika
- 2.3 Tri dimenzie

3. ODPOVEĎ ČLOVEKA

- 3.1 Sloboda
- 3.2 Motivácia
 - 3.2.1 Kategórie dôležitosti
 - a) Dynamické aspekty
 - Emočná pamäť a emočný postoj
 - Konstruktívne zaobchádzanie s pocitmi
 - b) Direktívne, usmerňujúce aspekty
 - 3.2.2 Motivácia a podvedomie
- 3.3 Snaha zapáčiť sa, identifikácia, zvnútornenie
- 3.4 Túžby a limity
- 3.5 Konzistencie a inkonzistencie
 - a) Intrapersonálne inkonzistencie
 - b, Intrapersonálne konzistencie
- 3.6 Intrapersonálne formačné aspekty
 - Budovanie identity vo formačnom procese
 - Bloky v raste osobnosti na ceste vnútornej premeny
- 3.7 Ľudská zrelosť
 - Charakteristiky ľudskej zrelosti
 - Kríza alebo výzvy stredného veku

Záver

Bibliografia

Úvod

Cieľom tejto knihy je poskytnúť čo najrozsiahlejšiu syntézu antropológie kresťanského povolania, tak ako ju na začiatku 80-tych rokov uplynulého storočia, so svojimi spolupracovníkmi spracoval, jezuitský páter Luigi Rulla SJ. Na základe tejto antropológie potom vznikla na pôde pápežskej Gregorovej univerzity celkom špecifická psychologická škola, ktorej cieľom bolo spojiť psychológiu ako exaktnú vedu, založenú na svojich vedeckých princípoch, so spiritualitou. Na tejto škole v prvých rokoch nového tisícročia mali možnosť študovať prví dvaja slovenskí rehoľníci, ktorí by teraz radi do rodnej reči priniesli, teoretickým spôsobom, bohatstvo tejto školy v knihe, ktorá sa vám práve dostáva do rúk.

V prvej kapitole s názvom Povolanie človeka sme načrtli základnú otázku každého ľudského povolania v zmysle teologicko-spirituálnych a zároveň psychologických aspektov v rámci otázky: Čo je v živote najdôležitejšie? Taktiež sme tu načrtli aspekty ľudskej osobnosti, jej vybavenosti k tomu, aby sa mohla vydať na cestu realizácie vlastného povolania.

V druhej kapitole sme sa pokúsili tieto jednotlivé aspekty vidieť v rámci štruktúr, ktoré tvoria ľudskú bytosť na ceste realizácie vlastného povolania. Hovorili sme tu o troch úrovniach psychického života, základnej dialektike ľudského života, ktorá vytvára napätie ako zdroj každého ľudského rozvoja, a nakoniec sme všetky tieto aspekty zhrnuli očami Rullovhovho konceptu „troch dimenzií“, ktoré vysvetľujú fungovanie psychického života človeka vo svojich dynamických aspektoch.

Tretia časť knihy patrí k hľadaniu, akým spôsobom môže odpovedať človek na božie povolanie k životu, a celkom osobitne k Bohu zasvätenému životu. Zamýšľali sme sa nad otázkami ľudskej slobody, ako základnej podmienky pre takúto odpoveď, ale aj ľudskými motiváciami, ktoré pohýňajú a usmerňujú človeka. Taktiež sme reflektovali ľudský život v rozpätí jeho túžob a zároveň jeho ohraničení, vyjadrených konceptami konzistencie alebo inkonzistencie ľudského bytia. Na záver sme venovali priestor konkrétnym formačným aspektom, ktoré pomáhajú človeku kráčať k jeho ľudskej zrelosti, k vlastnej autentickej identite, k realizácii vlastného kresťanského, a celkom osobitne kňazského alebo rehoľného povolania.

Kniha je určená všetkým, ktorých zaujíma priesečník ľudskosti a duchovnosti, priesečník psychológie a spirituality. Je pre tých, ktorí túžia hlbšie pochopiť, ako môže psychológia napomôcť človeku pri hľadaní Boha vo svojom živote a efektívnejšom či autentickejšom prežívaní vlastného povolania, ku ktorému ho pozýva Boh. Osobitne je kniha určená formátorom, teda ľuďom, ktorí sú povolaní osobitným spôsobom sprevádzať a formovať svojich bratov a sestry v ich rehoľnom alebo kňazskom živote.

autor

1. POVOLANIE ČLOVEKA

2. 1 Čo je v živote dôležité

Na začiatku by som rád položil celkom jednoduchú avšak základnú otázku, ktorá je implicitne prítomná v každej činnosti človeka: Čo je dôležité pre mňa, či pre teba, pre každého? Čo je v živote človeka to najdôležitejšie?

Ak by sme odpoveď na túto otázku hľadali u významných osobností modernej psychológie, možno by sme objavili, že napríklad pre Sigmunda Freuda odpoveďou na túto otázku by pravdepodobne bola redukcia vnútorného napätia v živote človeka a dosiahnutie rovnováhy, ktorú on sám nazval „*homeostázou*“. Karol Gustáv Jung by asi zdôraznil význam archetypu „*Self*“, ktorého úlohou je uvádzať osobnosť človeka do úplnej jednoty. Karol Rogers a Abrahám Maslow by asi povedali, že tým najdôležitejším, čo ľudskému životu dáva zmysel je jeho vlastná sebarealizácia. Viktor Frankl by pravdepodobne povedal, že najdôležitejšie v živote človeka je nájsť zmysel života.

Aká by bola na túto otázku odpoveď človeka, kresťana, pre ktorého najdôležitejším životným princípom je žiť v súlade s evanjelióvymi hodnotami? Možno by sa spýtal podobne, ako sa svojho času Ježiša Krista spýtal znalec zákona z evanjelia: „*Učiteľ, čo mám robiť, aby som bol dedičom večného života?*“ Ježiš mu vravel: „*Čo je napísané v Zákone? Ako tam čítaš?*“ On odpovedal: „*Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého svojho srdca, z celej svojej duše, zo všetkých svojich síl a z celej svojej mysle a svojho bližneho ako seba samého!*“ (Lk 10, 25-27)

Podobnú odpoveď na túto otázku môžeme nájsť aj v Duchovných cvičeniach sv. Ignáca z Loyoly, kde v časti „Princíp a fundament“ píše: „*Človek je stvorený, aby chválil Boha, nášho Pána, vzdával mu úctu a slúžil mu a takýmto spôsobom si spasil dušu. Ostatné veci na povrchu zeme sú stvorené pre človeka, aby mu pomáhali dosiahnuť cieľ, pre ktorý je stvorený*“ (DC 23).

Zaujímavou odpoveďou na tú istú otázku je aj výpoveď zakladateľa psychologického Inštitútu Pápežskej Gregorovej univerzity v Ríme, Luigiho Rullu, ktorý sa vo svojej antropologickej vízii pokúsil o syntézu filozofie, teológie a psychológie, keď sám položil otázku: „*Aké sú transcendentné podmienky, teda tie aspekty Bohom stvorenej ľudskej konštitúcie, ktoré umožňujú stretnutie Boha s človekom počas jeho dejín?*“¹ Jezuitský filozof Bernard Lonergan, vo svojej knihe „*Metóda v teológii*“ načrtáva odpoveď na túto otázku.

1. 2 Transcedentná metóda a proces sebatranscendencie

Lonergan vo svojom uvažovaní o transcendentnej metóde, túto otázku kladie do perspektív subjektívnosti a objektívnosti vzhľadom na kognitívnu schopnosť človeka. Inými slovami sa pýta, či všetko, čo sa deje v našom kognitívnom, teda poznávacom procese je len subjektívne, alebo v ňom existuje objektívnosť, o ktorú by sme sa mohli oprieť? Lonergan túto úvahu začína konštatovaním, že existujú také disciplíny, v ktorých nikto nemá pochybnosti o ich objektivite ako napr. matematika alebo empirické vedy. Na druhej strane sú však také disciplíny, ako napr.

¹ Rulla L. M., *Antropologia della vocazione cristiana I., (Antropologia kresťanského povolania I.)*, Bologna: Edizioni Dehoniane, 1997, s. 68.

filozofia, etika či teológia, kde ťažko možno dosiahnuť jednotný konsenzus. Znamenalo by to teda, že v týchto oblastiach nemožno dosiahnuť žiadnu úroveň objektívnosti. Lonergan v tomto bode prichádza s východiskom, ktoré spočíva v rozlíšení medzi „autentickou a neautentickou subjektívnosťou“, a zároveň dodáva, že autentická subjektívnosť je veľmi odlišnou od objektívnosti, ktorú možno dosiahnuť napríklad v matematike. Zároveň zdôrazňuje, že vo svete, ktorý je motivovaný hodnotami a životným zmyslom, k objektívnosti možno prísť na základe autentickej subjektívnosti. A hoci matematika, empirické vedy, filozofia, etika a náboženstvo sa rozchádzajú v rozličných aspektoch, predsa majú spoločného menovateľa, ktorým je práve autentická subjektívnosť, ktorá je ovocím „autentickej pozornosti, autentickej intelektuálnej a racionálnej činnosti a autentickej zodpovednosti“, tak ako to Lonergan opisuje vo svojej knihe „Metóda v teológii“:

„Existuje empirická úroveň, na ktorej počujeme, vnímame, predstavujeme si, pociťujeme, hovoríme, pohybujeme sa. Potom nasleduje intelektuálna rovina, na ktorej skúmame, uvažujeme, vyjadrujeme, čo sme pochopili, rozpracovávame predpoklady a vyjadrujeme dôsledky. Ďalej nasleduje úroveň racionálna, na ktorej premýšľame, upresňujeme a ujasňujeme, vyjadrujeme úsudok o pravde alebo o nepravde, o istote alebo o pravdepodobnosti, nachádzame potvrdenie. Nakoniec je úroveň zodpovednosti, na ktorej sa zaoberáme sami sebou, našimi postupmi, cieľmi za ktorými kráčame, pre ktoré sa rozhodujeme našimi činmi, prehodnocujeme, rozhodujeme sa a uskutočňujeme to, prečo sme sa rozhodli.“²

Na základe doteraz vyjadreného, prichádzame k záveru, že vesmír je pochopiteľný, že je racionálnej povahy, a ak pripustíme túto alternatívu, potom sa automaticky vynára otázka, či by vesmír mohol byť pochopiteľný bez racionálneho základu. A v tomto bode sa už zároveň pýtame na Boha, ktorý sa takýmto spôsobom nachádza v horizonte človeka. Takýmto spôsobom otázka o Bohu sa rodí z našej schopnosti myslieť, respektíve od vnímanej skúsenosti cez úsilie o pochopenie, prostredníctvom úsudku o pravde, k zodpovednému konaniu. V horizonte človeka je takto prietor pre božské, čo nemožno poprieť. Preto ľudská bytosť môže transcendentovať seba samú prostredníctvom štyroch vedomých úkonov: *skúsenosť, inteligenciu, úsudok a rozhodnutie*.³

Takýto proces sebatranscendencie sa uskutočňuje na troch stupňoch: na stupni „*poznania, morálnosti a lásky*.“ Na prvom stupni človek prostredníctvom skúsenosti, racionálnej činnosti a úsudku prichádza k poznaniu, keď si kladie otázky: Čo? Prečo? Za akým cieľom? Takýmto poznaním človek môže presiahnuť seba samého a tento stupeň môžeme nazvať aj *kognitívnou sebatranscendenciou*. Avšak ľudská bytosť nielen že poznáva a uvažuje o pravde, ale si kladie aj otázku, či dobro, ktoré poznáva je len zdanlivé alebo reálne, ktoré má objektívnu hodnotu. A preto sa v ľudskom subjekte môže vynoriť otázka: Čo mám robiť? Takto človek prichádza na druhú úroveň, ktorú nazývame *morálnou sebatranscendenciou*. K tretej úrovni sebatranscendencie ľudská bytosť „*prichádza vtedy, keď sa zaľúbi. Ľudské bytie sa stáva samo sebou, keď sa stáva bytím zamilovaným...*“ *To je základný princíp. V ňom majú pôvod všetky túžby ako aj úzkosti, všetka radosť ako aj bolesť, základné rozlišovanie hodnôt, rozhodnutia, ako aj všetky činy.*“⁴ Až na tomto stupni sebatranscendencie lásky, človek sa stáva plne sebou samým, vychádza zo svojej uzavretosti, nežije už len pre seba samého ale aj pre iných.

² Lonergan J.F.B., *Il Metodo in Teologia*, (Metóda v teológii), Roma: Città Nuova, 2001, s. 39.

³ Porov. tamže, s. 133 – 135.

⁴ Tamže, s. 137.

Existujú však rozličné druhy lásky. Existuje láska k hmotným dobrám, láska k najbližším, intímna láska medzi mužom a ženou, láska rodičov k deťom, existuje láska voči ľudstvu, ktorá sa zameriava na dosiahnutie dobra na národnej alebo nadnárodnej úrovni, a nakoniec existuje Božia láska, ktorá je darom a nie je z tohto sveta, pretože je bezpodmienečná. Preto sa tu vynára ďalšia otázka: Z lásky k čomu môžem dosiahnuť sebatranscendenciu? Alebo podobné ďalšie dve otázky: Aký je vlastne zmysel ľudskej existencie? Aký je konečný cieľ všetkých túžob a sebatranscendencie človeka?⁵ Z tohto hľadiska možno hovoriť o troch perspektívach, v ktorých sa uskutočňuje sebatranscendencia z lásky: „*perspektíva egocentrická, sociálno-filantropická a teocentrická.*“

a, Medzi zástancov *egocentrickej perspektívy* patria predovšetkým autori ako sú Nietzsche, Sartre, Heidegger a psychoanalitici ako je napríklad Freud, ktorí z gréckej filozofie prevzali egocentrický zmysel sebatranscendencie a prehĺbili ho. Základným cieľom človeka podľa týchto autorov je sebarealizácia ľudskej osoby. V *egocentrickej perspektíve* je teda primárnym objektívom sebatranscendencie predovšetkým dokonalosť ľudského subjektu. Možno sem zaradiť aj tzv. východné náboženstvá, ktoré usilujú predovšetkým o harmóniu a vnútorný pokoj ľudského jedinca.

b, *Sociálno-filantropickú perspektívu* predstavujú predovšetkým autori ako sú Marx, Comte, Bloch a pod. Základným cieľom sebatranscendencie v tejto perspektíve je dokonalosť ľudského spoločenstva a ľudstva.

c, Medzi predstaviteľov *teocentrickej perspektívy* patria autori ako sú Aristoteles, Augustín, Tomáš Akvinský, Spinoza, Scheler, Rahner, De Chardin, De Finance, Lonergan. V tejto perspektíve konečným cieľom sebatranscendencie je Boh, pretože iba Boh je stvoriteľ sveta a základom každého zmyslu a hodnoty. Preto opravdivý a konečný zmysel človeka je sám Boh, pretože jediný Boh môže aj človeka priviesť k celostnej a úplnej realizácie seba samého.⁶

Z toho, čo sme doteraz vypovedali, možno konštatovať, že ľudská osoba je povolaná k sebarealizácii prostredníctvom sebatranscendencie na úrovni *teocentrickej perspektívy*.

Avšak, čo to znamená konkrétne v živote človeka? Aké sú konkrétne aspekty, ktoré ho motivujú k tomu, aby smeroval k realizácii svojho povolania?

Luigi Rulla, vo svojej knihe *Antropológia kresťanského povolania*, na túto otázku poskytuje odpoveď: sú predovšetkým dva základné aspekty ľudskej motivácie. Na jednej strane to, čo je dôležité „*samo v sebe*“ a čo úzko súvisí s reflexívno-rationálnym hodnotením a hodnotami. Na strane druhej to, čo je dôležité „*pre mňa samého*“ a čo úzko súvisí s intuitívno-emočným hodnotením a psychologickými potrebami.⁷ Inými slovami možno povedať, že pre každého človeka akéhokoľvek životného zamerania je veľmi dôležité vedomie svojich vlastných hodnôt. Ak má niečo „*samo v sebe hodnotu*“ a v tom istom čase to „*nemá žiadnu hodnotu pre mňa*“, to ešte neznamená, že tá daná vec alebo stav stráca na svojej objektívnej hodnote. Práve naopak. Ostáva hodnotou, pretože je „*sama v sebe hodnotou*“. Ak prijmem takúto hodnotu a stotožním sa s ňou, čiže začne mať hodnotu aj pre „*mňa samého*“, nadobudne transcendentálny charakter práve pre mňa. Na lepšie porozumenie uvedieme príklad: láska má sama v sebe hodnotu, či ju žijem alebo nie. Ak ju začnem praktizovať, žiť ju čisto, dávať a prijímať ju nezištne nadobudne charakter hodnoty pre mňa samého. Ak ma niekto sklame alebo „pošliape“ túto lásku, nebude ju chcieť prijímať vo forme, ktorú mu ponúkam ja, možno stratí hodnotu pre mňa, ale „*sama v sebe*“ *láska ostáva stále hodnotou*. Ďalším príkladom by mohol byť „sľub“. Ak niečo sľubujem (napríklad rehoľné sľuby alebo manželský sľub), tým vyznávam, že tomu verím a že je tento úkon pre mňa hodnotou. Ak niekto poruší sľub (napríklad manželský sľub) tým dáva najavo, že to nebolo jeho životnou hodnotou. Ale manželský sľub ostáva navždy *hodnotou samou v sebe*.

1. 3 Hodnoty

⁵ Porov. Rulla L.M., *Antropologia della vocazione cristiana I.*, (*Antropológia kresťanského povolania I.*), s. 136 – 137.

⁶ Porov. tamže, s. 137 – 140.

⁷ Porov. tamže, s. 147.

Ako možno definovať hodnoty? Na základe akého kritéria možno hodnoty rozlíšiť? Je viacero autorov, ktorí sa pokúsili o klasifikáciu hodnôt. Uvedieme z nich troch.

Ako základné východisko k rozlišovaniu hodnôt poskytuje Viktor Frankl,⁸ ktorý hodnoty rozdeľuje na tri základné skupiny:

a, Tvorivé hodnoty sú také, ktoré človek vytvára svojou činnosťou pre iných, pre svet, na základe svojich tvorivých schopností.

b, Hodnoty získané skúsenosťou sú také, ktoré človek získava prostredníctvom stretnutí s inými ľuďmi a prostredníctvom rozličných skúseností. Sú to dary, ktoré život, svet a iní ľudia ponúkajú.

c, Hodnoty ako nadobnuté postoje sú také, ktoré človek získava v konfrontácii so situáciami, ktoré nemožno v našom živote zmeniť.

Iný pohľad v našej orientácii vo svete hodnôt poskytuje Rokeach, keď hodnoty definuje ako „nemenné a abstraktné ideály ľudskej osoby, či už ide o ideálne spôsoby správania alebo ideálny konečný stav vlastnej existencie“.⁹ Na základe tejto definície Rulla¹⁰ rozlišuje dve skupiny hodnôt:

a, *Konečné objektívne hodnoty*, ktoré sa týkajú posledného cieľa ľudskej existencie. Pokiaľ ide o kresťanské povolanie, mohli by sme ich nazvať aj hodnoty s náboženskou orientáciou, a ako také by nás mohli viesť k nasledovaniu Krista a k zjednoteniu s Bohom.

b, *Sprostredkujúce objektívne hodnoty* sa vzťahujú na hodnotové prostriedky, ktorými možno dosiahnuť konečné objektívne hodnoty. Napríklad spôsob život v súlade s tromi evanjelióvymi radami chudoby, čistoty a poslušnosti.

Vo všeobecnosti Rulla definuje hodnoty ako „trvalé a abstraktné ideály človeka, či už ide o ideálne spôsoby jeho správania alebo o ideálny stav jeho konečnej existencie“.¹¹ Ako ďalšie kritérium pre orientáciu vo svete hodnôt, vo svojom diele Antropológia kresťanského povolania, uvádza iné rozlíšenie odvolávajúc sa na J. De Financeho, ktorý načrtáva nasledovnú klasifikáciu hodnôt:¹²

1. *Hodnoty na báze nie špecificky ľudskej*. Ide o hodnoty, ktoré patria síce k ľudskému životu, ale zároveň sú to hodnoty, ktoré človek zdieľa so živočíšnym svetom. Sú viazané na našu biologickú dimenziu života s jeho emotívnou zložkou. Sú teda úzko spojené s potešením či bolesťou, zdravím či chorobou.
2. *Hodnoty ľudske infra-morálne*. Ľudskými sú preto, lebo odlišujú človeka od živočíšneho sveta, avšak infra-morálne preto, lebo nie sú vyjadrením toho najvlastnejšieho, čím človek disponuje, teda vedomým a slobodným rozhodnutím, ktoré je vyjadrením vlastného „Ja“. Tieto možno rozdeliť do ďalších skupín:
 - a, *ekonomické hodnoty*, ako napr. prosperita či bieda, úspech či neúspech. Inými slovami sú to hodnoty, podľa ktorých často ľudia hodnotia seba alebo iných v kategóriách šťastia alebo nešťastia.

b, *spirituálne hodnoty* v zmysle ďalšieho rozdelenia, ako sú hodnoty „noetické, umelecko-estetické či sociálne“. Tieto hodnoty, aj keď sú určite dôležité v živote, ostávajú ešte stále akosi „vonku“, mimo toho, čo je v človeku to najvnútornejšie. Podobne, ako vzhľadom na schopnosť poznania pripomína Tomáš Akvinský, keď vraví, že poznať krásu, ešte nás nerobí krásnymi, či poznať dobro nás ešte nerobí lepšími.

⁸ Porov. Frankl V., *The Philosophical Foundations of Logotherapy, in: Psychotherapy and Existentialism*, (Filozofické základy Logoterapie, v: Psychoterapia a Existencializmus), New York: Clarion Books, Simon and Schuster, 1967, s. 15.

⁹ Rulla L.M., *Psicologia del profondo e vocazione, (Hlbinná psychológia a povolanie)*, Torino: Marietti, 1975, s. 49.

¹⁰ Porov. tamže, s. 77.

¹¹ Rulla L. M., *Psicologia del profondo e vocazione, (Hlbinná psychológia a povolanie)*, s. 49.

¹² Por. Rulla L. M., *Antropologia della Vocazione Cristiana, (Antropológia kresťanského povolania)*, s. 150 – 154.