

Francisco Insa

Cesta k vnútornej zrelosti

**Formovanie emocionality
z kresťanskej perspektívy**

Preložil Martin Matis

Knihla vyšla v spolupráci s vydavateľstvom SKALA.

www.obchod.nm.sk



© Francisco Insa, *The Formation of Affectivity. A Christian Approach*, 2023

© Vydavateľstvo Nové mesto, s. r. o., Bratislava 2025

Translation © Martin Matis 2025

ISBN 978-80-8307-001-1

*Všetkým, ktorí
so mnou zdieľali
svoju túžbu polepšiť sa
a tým mi ukázali,
aké veľké je
ľudské srdce.*

Obsah

Úvod	9
I. OSOBNOSŤ A EMOCIONALITA	19
Čo je osobnosť?	21
Ako sa dá hodnotiť zrelosť?	39
Milovať seba, aby bol človek schopný milovať	57
Čo rozumieme pod emocionalitou?	69
Vývoj emocionality založený na teologálnych cnostiach	79
II. VNÚTORNÝ RAST POČAS ŽIVOTNÉHO CYKLU	97
Životný cyklus	99
Detstvo a dospievanie	111
Dospelosť	131
Zlepšenie charakteru v dospelosti: starostlivosť o vzťahy	151
Staroba	163
Keď sa blíži koniec	185
III. KREŠŤANSKÁ CNOSŤ ČISTOTY	203
Prečo čistota?	205
Závislosť dvadsiateho prvého storočia	229
Pomôcť druhým žiť čisto	249
Kresťanský celibát	277

IV. KEĎ JE EMOCIONALITA NARUŠENÁ.....	303
Emočné poruchy	305
Poruchy osobnosti.....	333
ZÁVER	359
Zdravý štýl formácie	361
Bibliografia.....	381

Úvod

1. Učiteľ dobrý, čo mám robiť, aby som obsiahol večný život?

„Milovať budeš Pána, svojho Boha, z celého svojho srdca, z celej svojej duše, zo všetkých svojich síl a z celej svojej mysle a svojho blížneho ako seba samého!“ (Lk 10, 27) Ježiš sa pri rozhovore so znalcom zákona odvoláva na dva texty z kníh Mojžišových (porov. Dt 6, 5; Lv 19, 18). Tieto dve prikázania vyjadrujú, čo by sme mali robiť, aby sme získali večný život: milovať Boha a milovať blížneho. Matúš a Marek rozprávajú tento príbeh spôsobom, ktorý sa mierne líši od Lukáša (porov. Mt 22, 37 – 39; Mk 12, 30 – 31). V ich verziách je odpoveď reakciou na otázku: „Ktoré prikázanie je prvé zo všetkých?“ Vo všetkých troch evanjeliách vidíme Ježiša, ako nás vyzýva, aby sme žili lásku radikálne, pretože takýto druh lásky nielenže splňa všetko, čo od nás Boh žiada, ale nám zároveň otvára dvere k šťastnému životu, z ktorého sa budeme tešiť po celú večnosť.

Tento druh vzťahu s Bohom bol v rozpore s niektorými tvrdeniami, ktoré ponúkal judaizmus, a najmä s predstavami pohan-ských náboženstiev, ktoré mali tendenciu zdôrazňovať uctievanie, podriadenosť a poslušnosť, postoje, ktoré sa zrodili z úvahy o absolútnej Božej nadradenosti. Pred Bohom sa mohol človek len vrhnúť na zem a uznať svoju ničotu.

Ježiš Kristus otvára novú perspektívu, ktorá sa dotýka najintímnejších aspektov človeka, ale nevylučuje predchádzajúcu myšlienku. Boh vyzýva človeka, aby vstúpil do láskyplného vzťahu, ktorý zahŕňa niekoľko rozmerov: srdce, dušu, silu a myseľ. Ježiš zdôrazňuje, že vzťah s Bohom sa týka všetkých aspektov človeka: jeho intelektu, vôle, citov a vášní. To isté by sa malo odrážať aj v jeho styku s blíznymi. Prirodzene,

nemáme jedno srdce, aby sme milovali Boha, a druhé, aby sme milovali ľudí: naše úbohé srdce z mäsa miluje láskou ľudskou, ktorá je i nadprirodzená, ak je spojená s láskou Kristovou.¹

Dve prikázania (milovať Boha a blížneho) sú založené na základnom princípe: Boh je milujúci Otec, ktorý sa o nás stará. „On prvý miloval nás“ (1 Jn 4, 19), on nás svojou láskou *predišiel*, ak použijeme slová pápeža Františka. Len čiastočne odpovedáme na lásku Boha, ktorý nás stvoril, dal nám rodinu, schopnosti, talenty... a pripravil nám príbytok v nebi, ktorý nás čaká (porov. Jn 14, 2 – 3). Tá istá myšlienka sa skrýva za veršami, ktoré spievame na Vianoce: „*sic nos amantem, quis non redamaret*“ z hymnu *Adeste fideles*: kto by neopätoval lásku tomu, kto nás takto miluje?

Láska, ktorú všetci ľudia dávajú a prijímajú od Boha, plne uspokojuje naše najhlbšie túžby. Prvé prikázanie sa nám nevnučuje. Je to ohlasovanie toho, čo robí človeka šťastným: „Stvoril si nás pre seba, Pane, a nespokojné je naše srdce, kým nespočinie v Tebe.“² Boh nie je tyran, ktorý sa nevie nasýtiť našej podriadenosti a ktorý nás *núti* milovať ho, ale Otec, ktorý nás miluje, stará sa o nás a bdie nad nami. Len on môže naplniť nevyhnutnú potrebu: „Čo nás môže urobiť šťastnými, ak nie skúsenosť dávania a prijímania lásky?“³

2. Formovanie emocionality

V posledných desaťročiach sa čoraz jasnejšie ukazuje potreba formovať emocionalitu iných, a to najmä mladých ľudí. Ide o to, aby sa im umožnilo rozvíjať vlastné vnútro zdravým a nerušeným spôsobom, a tak dosiahnuť radostný, komplexný, zmysluplný a apoštolsky plodný kresťanský život. Tí, ktorí sú zodpovední za ich formáciu, však často konštatujú, že majú málo nástrojov na

¹ ESCRIVÁ, J., *Boží priatelia*, č. 229. Dostupné na internete 22. januára 2025: <http://escriva.org/sk/amigos-de-dios/so-silou-lasky/>.

² AUGUSTÍN, *Vyznania*, I, 1, 1. Bratislava: Lúč, 2014.

³ FRANTIŠEK, *Generálna audiencia*, 14. júl 2017.

realizáciu svojej úlohy, pravdepodobne preto, že sa už mnoho storočí príliš zdôrazňuje intelektuálny a duchovný rozmer formácie. Bolo napísaných mnoho vynikajúcich prác, ktoré sa zaoberajú týmito oblasťami, ale formácii emocionality sa venovalo málo pozornosti.

Niektoré prvky sa nadmerne zdôrazňovali, zatiaľ čo iné sa vylučovali. Výsledná nerovnováha viedla k deformáciám, ako je intelektualizmus, voluntarizmus alebo sentimentalizmus. Všetky tieto dimenzie je potrebné spojiť v rámci jednoty osoby.

Emocionalitu by sme mohli najskôr definovať ako súbor emócií, náklonností, citov a vášní v človeku, ktoré mu umožňujú cítiť sa šťastne alebo nešťastne v rôznych situáciách reálneho života. Výsledkom sú príjemné alebo nepríjemné pocity, ktoré poukazujú na to, o čo sa treba usilovať alebo čomu sa treba vyhýbať. Príjemné alebo nepríjemné pocity môžu byť v citovej oblasti (pôžitok z jedla) alebo v intelektuálnej oblasti (príjemný rozhovor alebo dobré čítanie).

Pritom dobro alebo zlo identifikované prostredníctvom emocionality sú len čiastočné a môžu si navzájom odporovať. Napríklad krátkodobé nepohodlie (únava) stojace proti dlhodobej väčšej radosť (víťazstvo v pretekoch). Všetci máme hierarchiu hodnôt, pomocou ktorej zisťujeme, ktoré dobrá sa oplatí obetovať v prospech väčších dobier. Táto hierarchia hodnôt zvyčajne nie je zjavná. To neznamená, že niektoré city sú zlé alebo chybné, ale že si niekedy nárokujú nezaslúženú prednosť a môžu ohrozovať iné dobrá, dôležitejšie pre celého človeka.

Formovanie emocionality sa snaží pomôcť intelektu a vôli dosiahnuť správny poriadok: zistiť, čo je dobré, chcieť to dosiahnuť a použiť vhodné prostriedky na to, aby sme to dosiahli. Nejde len o ovládanie alebo potlačanie jednotlivých ľudských tendencií, ani o racionalizáciu inštinktov, ale o dosiahnutie takého hlbokého vzťahu s dobrom (v hlave a v srdci), aby sme všetkým veciam, ktoré si vyžadujú našu pozornosť, takmer inštinktívne (skôr prirodzene) pripisovali správnu úroveň dôležitosti. To nám umožňuje tešiť sa z dosiahnutých dobier a zrieknuť sa ostatných, ktoré treba obetovať v záujme tých väčších. Posledný bod je dôležitý, pretože je menej zjavný. Svätý Augustín ho zhrnul takto: „Keď niekto miluje,

Francisco Insa

Cesta k vnútornej zrelosti

Formovanie emocionality
z kresťanskej perspektívy

Z anglického originálu

Francisco Insa, *The Formation of Affectivity*

A Christian Approach

St. Augustine's Press, South Bend, Indiana 2023

preložil Martin Matis

Obálku spracoval Jozef Turlík

Graficky upravil Peter Blaho

Vydalo Vydavateľstvo Nové mesto, s. r. o.,
Cablkova 10, 821 04 Bratislava, v roku 2025
ako svoju 199. publikáciu

Jazyková korektúra Magdaléna Rusiňáková

Prvé vydanie

388 strán

Z dodanej sadzby vytlačila tlačiareň

FINIDR, s. r. o., Český Těšín

www.obchod.nm.sk

knihy@nm.sk

ISBN 978-80-8307-001-1