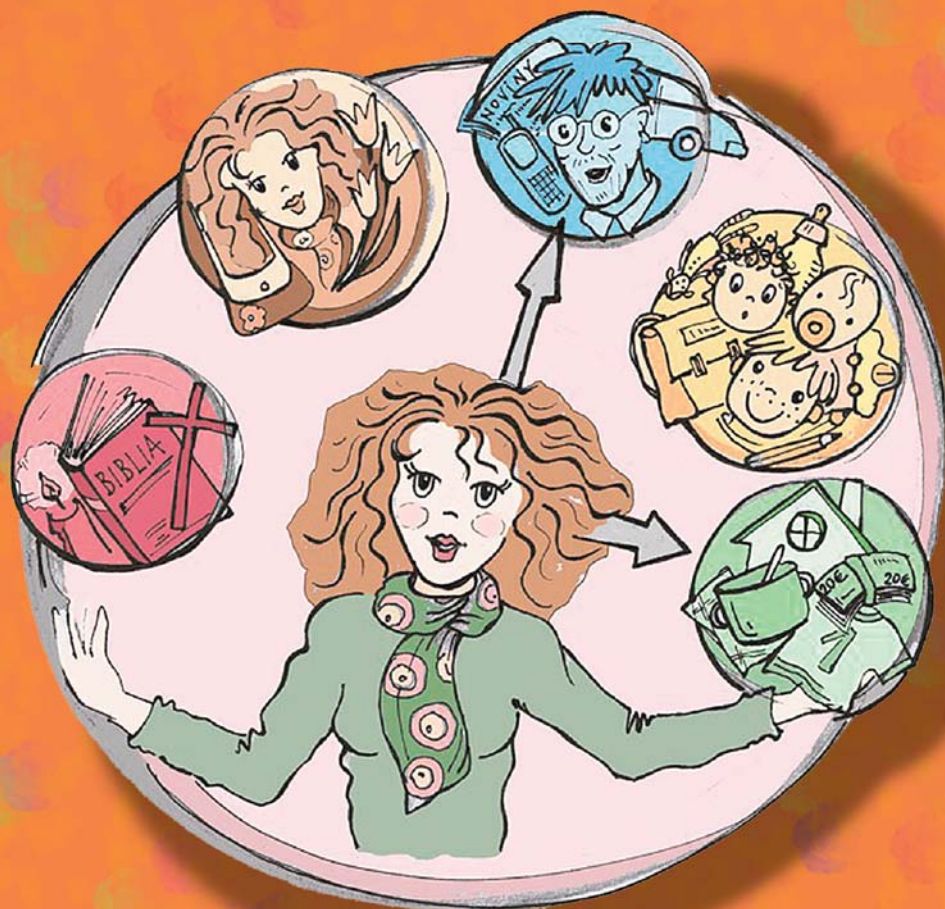


Holly Pierlot

Mamy v jednom kole



... a ako z neho von

Duchovná cesta matky

Mamy v jednom kole

Holly Pierlot

Názov originálu:

A mother's rule of life:

how to bring order to your home and peace to your soul

Copyright © 2004 Holly Pierlot. Všetky práva vyhradené.

Bez písomného povolenia vydavateľa sa žiadna časť tejto knihy nesmie reprodukovať, uchovávať v systéme vyhľadávania alebo rozširovať žiadnou formou a žiadnymi prostriedkami, a to elektronickými ani mechanickými vrátane fotokópie, okrem recenzenta, ktorý môže citovať krátke úryvky vo svojej recenzii.

Sophia Institute Press
Box 5284, Manchester, NH 031 08
Tel.: 1-800-888-9344
www.sophiainstitute.com

Za vznik tejto elektronickej knihy vďačíme veľkorysému povoleniu vydavateľstva Sophia Institute Press, ktoré umožnilo preložiť túto knihu do slovenského jazyka. Knihu možno rozširovať iba elektronickými prostriedkami.

Všetky práva na preklad v slovenskom jazyku vyhradené. Copyright © 2011 Thiemo Klein LC (tklein@legionaries.org; www.regnumchristi.org)

Dátum vydania: 1. 3. 2011

Táto elektronickej kniha sa má rozširovať zdarma.

Ďakujeme Márii Pastirovej (maria.vondenova@post.sk) za preklad anglického originálu do slovenského jazyka.

Grafická úprava a spracovanie Aurel Valábek (aurel@valabek.sk).

Ak sa chcete skontaktovať s ďalšími čitateľmi tejto knihy, vymeniť si názory či skúsenosti z praxe alebo potrebujete praktickú pomoc, obráťte sa na www.miriam.sk.

Blog v anglickom jazyku nájdete na www.mothersruleoflife.com

Predslov

Inšpiratívne, praktické, hlboko duchovné – jedinečné spojenie! Matka piatich detí opisuje vlastnú skúsenosť s prežívaním materstva ako naplňujúceho povolania: ako cestu vedúcu bližšie k Bohu mimo denného chaosu. Skutočný príbeh Holly Pierlot opisuje duchovnú cestu matky ako hľadanie rovnováhy medzi Bohom, samou sebou, partnerom, deťmi a materiálnymi potrebami. Ukazuje, ako možno tieto priority usporiadať aj ako nás môžu viesť **bližšie k Bohu**. Autorka získala pokoj vo svojej duši a poriadok doma.

Toto je kniha, ktorá môže zmeniť životy žien aj **na Slovensku**, kde matky často pracujú a ich praktický život prebieha inak ako v prípade Holly. Princípy však ostávajú tie isté. Každý sa môže z tejto knihy niečo naučiť: lepšie sa modliť, **lepšie organizovať život domácnosti, lepšie komunikovať s partnerom, mať viac potešenia v úlohe matky...**

Táto kniha je veľmi **vhodná na spoločné čítanie** aj v prítomnosti mužov. Odporúčame prečítať naraz jednu kapitolu. Ide o skvelý dar pre každú mamu – a úplne zadarmo. Ak vytlačíte obojstranne celú knihu, budete potrebovať iba 50 hárkov papiera.

Mamičky, Boh vás má rád! Chce vás mať blízko seba. Túto knihu sme preložili, aby vám pomohla **lahšie prežívať vaše povolanie**.

Páter Thiemo Klein LC

Holly Pierlot

**Mamy v jednom kole
a ako z neho von**

Duchovná cesta matky

Venované najsvätejšej a nepoškvrnenej Božej Matke.

Srdečná vďaka patrí môjmu manželovi Philipovi za výnimočné manželstvo, za jeho múdrosť a nekonečnú trpezlivosť, ktorú má s mojím životom aj s touto knihou.

Vďaka a veľká láska patrí aj mojim deťom Anne, Nicholasovi, Jessice, Lukovi a Virginii za neobyčajnú lásku a za to, že pomáhajú svojej mame stať sa svätou.

Môjmu vydavateľovi Toddovi Aglialorovi za to, že mi veril a vždy bol ochotný mi pomôcť svojou láskavosťou, prehľadom a odbornosťou, kedykoľvek som ho otravovala.

Pátrovi Joeovi Kaneovi za jeho láskavé povzbudzovanie a pátrovi Blairovi Bernardovi za to, že neoblomne naliehal pri mnohých príležitostiach, keď sa mi do toho nechcelo, aby som napísala túto knihu.

Mojej mame Marg, ktorá mala na mňa väčší vplyv, než sme si obe uvedomovali; a všetkým matkám a priateľom, ktorí ma sprevádzali a rozprávali sa so mnou o ceste matky.

Úvod

Čo to znamená snažiť sa o kresťanskú dokonalosť? Kedysi dávno som si myslela, že to znamená dokonale sa správať – že ak budem robiť, čo sa odo mňa očakáva, prísne dodržiavať všetky pravidlá, vrúcne sa modliť všetky modlitby a tráviť veľa času na kolenách niekde v tichej kaplnke, tak sa určite stanem „dokonalou“. Zaslúžim si *nebo*, pretože som bola taká dobrá!

No to si mysleli aj farizeji. Ježiš však adresoval drsné slová tým, ktorí sa riadili iba množstvom vonkajších nariadení a náboženských praktík. Nie, kresťanská dokonalosť nie je o vonkajšom zachovávaní určitých pravidiel a zákonov. Aj to má miesto v kresťanskom živote, a dokonca veľmi dôležité, ale nepredstavuje to jadro dokonalosti.

Neskôr som si vytvorila úplne nový pohľad na kresťanskú dokonalosť. Byť „svätcom“ predstavovalo niekoho uchváteného v extázach, levitujúceho nad zemou počas modlitby, niekoho, kto máva pravidelne zjavenia a vízie. Napokon som bola sklamaná, keď som zistila, že to nie je bežné kresťanské povolanie! Také skúsenosti sú mimoriadnym javom, o ktorých rozhoduje Boh a dáva ich vybraným ľuďom na vybraných miestach a v určitom čase. Takže nie, kresťanská dokonalosť nie je o mimoriadnych mystických zážitkoch, aj keď ich môže zahŕňať.

V istom čase som si pod kresťanskou dokonalosťou predstavovala mníšku, a tak som jedného dňa zavrela knihu *Vnútorň hrad* od svätej Terézie z Avily a nechala som ju zatvorenú celé roky, pretože jej život bol od toho môjho na míle vzdialený. Byť manželkou a matkou sa nezhodovalo so svätosťou, o ktorej som tam čítala.

Postupom času som však spoznala, že kresťanská dokonalosť musí znamenať niečo iné. Muselo to byť niečo, čo by mohol robiť každý, pretože Ježiš povedal: „Vy teda buďte dokonalí, ako je dokonalý váš nebeský Otec“ (Mt 5, 48) . To adresoval nám všetkým.

Pri mojom štúdiu som narazila na definíciu *dokonalosti*, ktorá mi konečne dávala význam. Dokonalosť je „spojenie s Bohom, ktoré je možné na tomto svete, ktoré je úmerne závislé od stupňa lásky, ktorú máme a uplatňujeme... Ak človek miluje Boha celým svojím srdcom, dušou a myslou a z celej sily, a svojho blížneho ako seba samého, potom je dokonalý“.¹

Snažiť sa o dokonalosť v tomto živote znamená naozaj sa *snažiť o jednotu s Bohom prostredníctvom lásky*.

Preto môže byť kresťanská dokonalosť cieľom každého kresťanského života. Nie je vyhradená iba pre zopár ľudí, ani sa neobmedzuje na nerealistický pohľad na to, čo znamená byť svätým. Neznamená to, že musíte byť mníškou či kňazom, zakladateľom nejakej veľkej kongregácie či mlčanlivým kontemplatívnym mníchom v skrytom kláštore v horách. Nemusíte byť di-
tvorca alebo niekto na očiach verejnosti.

Dokonalosť je pre nás všetkých, dokonca aj pre zaneprázdnené matky uviaznuté medzi štyrmi stenami, pretože všetci sme volaní k láske. My *všetci* sme povolaní k svätosti (hoci nie všetci sme povolaní k svätorečeniu). *Všetci* sme povolaní stať sa svätcami, čo nepredstavuje nič viac ako dokonalosť lásky medzi nami. A ako matky máme veľa ľudí, ktorých môžeme milovať!

Nemusíme čakať, kým prideme do neba, aby sme sa spojili s Bohom. Aj keď večnosť v nebi je *plnosť* nášho kresťanského života, tento život predstavuje proces ustavičného rastu vo vzťahu s Bohom.

Máme ho spoznávať *teraz*, byť s ním v kontakte *teraz*, a nie niekedy v budúcnosti, keď prejdeme očistcom!

To platí aj pre matky. Naše poslanie nenesie v sebe nič, čo by nás vy-

lučovalo z hlbokého, dôverného vzťahu s Bohom. V skutočnosti je to presne naopak. Keďže život manželky a matky je opravdivým *poslaním* – povolaním od Boha pre nás –, Boh od nás určite chce, aby sme ho našli *vnútri* nášho rodinného života.

Hoci všetko je milosť, dar od Boha, je toho ešte veľa, čo musíme urobiť v snahe o kresťanskú dokonalosť, nič viac a nič menej, ako robili zbožní ľudia, kňazi a svätci z minulosti aj zo súčasnosti. Môžeme sa priblížiť Bohu najviac, ako sa dá – nájsť cesty, ako sa mu zveriť a odovzdať sa do jeho prítomnosti práve teraz, medzi plienkami, účtami a črevnou chrípkou.

A *to* je cieľ knihy *Mamy v jednom kole – ako z neho von*.

¹ Donald Attwater, A Catholic Dictionary, New York: The Macmillan Company, 1943, str. 399

Obsah:

1. Dosiahla som bod zlomu	11
2. Životná regula	20
3. Prvá priorita: modlitba	37
4. Druhá priorita: vlastná osoba	56
5. Tretia priorita: partner	77
6. Štvrtá priorita: rodič	101
7. Piata priorita: živiteľ	125
8. Vytvoriť si regulu	143
9. Rozhodnúť sa	155
10. Srdce reguly matky	163
Dodatok: Duchovný princíp reguly matky	174
Bibliografická poznámka: Holly Pierlot	180

**Prvá kapitola***Dosiahla som bod zlomu*

Bola sobota prvého januára 2000. Zatiaľ čo zvyšok sveta oslavoval úsvit nového tisícročia, búchala som päťou po kuchynskom stole a dávala ultimátum svojmu manželovi Philipovi.

„Pošleme deti do školy... v pondelok!“ Rozmyslela som si to. Už to viac nedokážem znášať a on ma v tom nezastaví.

Asi štyri roky sme učili deti doma, no v poslednom čase sa situácia zhoršovala a bola som úplne znechutená. Za posledných pár mesiacov, čo sa nám narodilo najmladšie dieťa, som sa cítila čoraz viac zaplavená svojimi povinnosťami, takže som už nemala čas ani energiu splňať všetky požiadavky, ktoré boli na mňa kladené.

Mala som dcéru Annu štvrtáčku, ktorej sa práve otváral celý svet. Chcela som ju sprevádzať na tejto ceste a spolu s ňou prežívať zázrak a radosť z jeho poznávania. Mala som šesťročného syna Nicholasa, ktorý sa učil čítať, a ja som si ho chcela privinúť k sebe vo veľkom útulnom kresle, kde by sme spolu čítali a rozprávali sa. Moja štvorročná dcéra Jessica ma potrebovala, aby som ju trpezlivo učila zaväzovať si šnúrky na topánkach, a môj nebojácny dvojročný syn Luke potreboval, aby s ním mama lozila po dlážke, štekla ho a bláznila sa s ním a potom ho nežne objímala a bozkávala. A chcela som si pritúliť v tichosti aj svoju štvormesačnú Virginiiu,

moje lúbezné bábätko, ktoré sa pri mne vždy usmievalo a spokojne si blabotalo.

V srdci som túžila tráviť čas osobne s každým z mojich detí. Nejak sa mi to však nedarilo. V mojom dome bol neporiadok ako v tanku, domáce práce sa mi hromadili a nemali konca kraja. Ak som urobila veľké upratovanie, pred večerou môj dom opäť vyzeral ako po výbuchu. Ak som venovala čas jednému dieťaťu, zdalo sa, ako keby v tom čase všetky ostatné potrebovali moju pozornosť. Cítila som sa, ako keby som mala tri zamestnania na plný úväzok – materstvo, domáce práce a vzdelávanie detí doma – tri plné pracovné úväzky, a ani jeden z nich som nedokázala naplniť.

A ako by to nestačilo, stále sme mali nedostatok financií. Naša sedemčlenná rodina sa snažila vyžiť z manželovho skromného učiteľského platu. Bolo pre mňa bežné, že som čakala päť či šesť mesiacov, aby som mohla urobiť potrebné nákupy. Náš karavan sa pokazil a ja som sa obávala ďalšej dlhej kanadskej zimy. Nemohla som sa totiž dostať von navštíviť priateľov, alebo si niekam vyraziť s deťmi.

Bola som veľmi osamelá. Philip bol celý deň preč v práci a chýbal mi. Deň čo deň som pozerala na hodiny, stopovala som jeho príchod domov a bojovala s nepochopiteľnými pocitmi hnevu, ak prišiel čo len o minútku neskôr. Počas dňa bola väčšina ľudí z našej ulice v práci alebo v škole, alebo na cestách, takže som nemala susedku, ku ktorej by som si mohla odskočiť (najmä s piatimi deťmi). Ani pošta nám nechodila, takže som sa nemohla porozprávať ani s poštárom! A ako vrchol toho všetkého sme v tom čase nemali nikoho, kto by nám postrážil deti.

Áno, bola to poriadne pochmúrna vyhládka do budúcnosti.

Spomínam si, ako som každý deň chodila hore-dolu po kuchyni a hovorila som si: „Keby som len zohnala niekoho, kto by mi pomohol upratať dom...“ „Keby mi niekto prišiel postrážiť deti na pár hodín, aby som si mohla upratať izby na poschodí...“ „Keby som len mohla kúpiť viac polotovarov, aby som ušetrila hodiny strávené v kuchyni...“ „Možno keby som sa vrátila do práce...“ Tieto myšlienky mi nedali pokoj. Cítila som sa ako v la-

byrinte s vysokými tehlovými múrmi. Horúčkovito som behala po chodbách, hľadajúc riešenie, aby som sa vyrovnala aspoň s jedným z problémov. No za každým jedným rohom som vrazila iba do ďalšieho tehlového múru. Ne-nachádzala som východisko z tohto labyrintu.

Dávala som vinu za tento nenormálny stav vzdelávaniu detí doma. Jediné riešenie, ktoré som videla, bolo poslať deti do školy. Musela by to však

bod zlomu

byť svetská škola (na Ostrove princa Eduarda, kde žijeme, nie sú katolícke školy), a to bolo proti môjmu presvedčeniu o dôležitosti kresťanského vzdelania. Nezvykla som ignorovať svoje presvedčenie, ale už som dosiahla bod zlomu.

Preto som sedela pri stole v tú prvú sobotu nového tisícročia, búšila som pästou po stole a dávala som ultimátum svojmu manželovi. Nič ma v tom nezastaví, povedala som – ani Philip, dokonca ani Boh! Philip sedel potichu – myslím, že v tom stave šoku sa dosť ovládal – a iba jemne vyhlásil: „Dobre, pošleme deti do školy, ak chceš, ale myslím si, že by si mala ešte krátko popremýšľať, či to je to najlepšie pre našu rodinu.“

„Nie! Nie! Nechcem o tom znovu premýšľať! Už som to urobila!“ Kričala som. V tej chvíli som to musela prenechať na Philipa a Duchu Svätého, ale ani jeden z nich ma nepresvedčil, aby som to rozhodnutie odložila o jeden týždeň. Philip navrhol, aby som to všetko predniesla v modlitbe Bohu, aby som pochopila, čo odo mňa Boh chce. Veľmi zdráhavo som súhlasila, hoci som bola presvedčená, že sa nič nemôže zmeniť, keďže som sa roky modlila a nič sa nezmenilo.

A tak som sa začala modliť, alebo lepšie povedané, *trošku* som sa otvorila čomukoľvek, čo mi Boh chcel ukázať. A v utorok v jednom úryvku z Písma Ježiš ku mne prehovoril – alebo skôr by sa dalo povedať – zasiahol ma ako blesk z jasného neba.

„Keď vystúpil a videl veľký zástup, zľutoval sa nad nimi a uzdravoval ich chorých. A keď sa zvečierilo, pristúpili k nemu učenici a hovorili: ‚Toto

miesto je pusté a čas už pokročil. Rozpusť zástupy, nech sa rozídu do dedín kúpiť si jedlo. Ale Ježiš im povedal: „Nemusia nikam chodiť; vy im dajte jesť!“ Oni mu vraveli: „Nemáme tu nič, iba päť chlebov a dve ryby.“ On povedal: „Prineste mi ich sem! Potom rozkázal, aby si zástupy posadali na trávu. Vzal päť chlebov a dve ryby, pozdvihol oči k nebu, dobrorečil, lámal chleby a dával učeníkom a učeníci zástupom. Všetci jedli a nasýtili sa, ba ešte nazbierali dvanásť plných košov zvyšných odrobín. A tých, čo jedli, bolo asi päťtisíc mužov okrem žien a detí“ (Mt 14, 14 – 21).

Boli tu učeníci, ktorí sa uprene dívali na ten veľký zástup. Poznali všetky potreby tých ľudí a veľmi dobre vedeli, že ich nemôžu naplniť. Jediným riešením, ktoré videli, bolo poslať tých ľudí preč. A v tom úryvku som sa našla. Videla som mnohé úlohy a potreby môjho domova – mojich detí, môjho manžela, domáceho vyučovania, o sebe ani nehovorím – a jediné riešenie, ktoré som videla, bolo *poslať deti preč*.

Keď však učeníci predniesli svoje starosti Ježišovi, Ježiš im povedal, aby sami nasýtili zástupy. Učeníci museli byť úplne udivení, lebo si uvedomovali, že je nemožné splniť takúto úlohu. Aj ja som spoznala neuskutočniteľnosť mojej úlohy. No Ježiš aj tak chcel odo mňa, aby som to urobila.

A potom sa mi rozjasnilo. Nebolo to päť skromných chlebov a dve ryby od apoštolov, ktoré nasýtili zástupy, ale ich ponuka spojená s Ježišovým požehnaním. A Ježiš mi povedal, aby som mu *dala tých svojich päť chlebov a dve ryby, moje bezvýznamné úsilie, a on ich požehná a potreby mojej rodiny budú naplnené*.

V tej chvíli som sa vznášala vo výšinách, opäť som bola presvedčená o tom, že v spojení s Božou milosťou zvládnem splniť výzvu byť doma spolu s mojimi piatimi deťmi a aj ich doma vzdelávať. V ten deň sa v mojom srdci udiala významná zmena a pustila som sa do toho všetkého s novým postojom. A teraz, myslela som si, bude už všetko v poriadku.

Ale nebolo.

Prešlo niekoľko mesiacov a situácia sa nezmenila. Neprestajne som sa cítila preťažená všetkými povinnosťami. Stále som cítila, že sa nemôžem venovať vzdelávaniu detí doma tak naplno, ako by som chcela. V mojom dome bol ustavične neporiadok. Stále sme nemali peniaze. Veci boli tak isto bezvýchodiskové ako predtým. Bola som zmätená. „Ježišu, povedal si mi, že požehnáš moje úsilie!“ Zápasila som so sklamaním a cítila som sa Bohom oklamaná. Vedela som, že to nie je možné, ale bola som slepá. Znovu som podľahla znechuteniu. „Ježiš, prečo mi nepomáhaš?“

Čeliť poriadku

Bol už mesiac máj a čas na Výročnú konferenciu o domácom vzdelávaní, ktorá sa konala blízko môjho domu na Ostrove princa Eduarda a kde som mala hovoriť na tému *Dojčatá, batolátá a vzdelávanie detí doma*. Mala som starostlivo vypracovanú reč – ktorú som si, prirodzene, zabudla vziať so sebou. A ako som tam sedela na ranných prednáškach, srdce mi bilo čoraz prudšie. „Kto som ja, aby som sa postavila dopredu a niekomu rozprávala o domácom vzdelávaní? – Ja, ktorá v tom úplne zlyhávam? Čo by som tak mohla povedať?“ Všetky body, ktoré som si zapamätala z mojej starostlivo vypracovanej prednášky, som pokladala za bezvýznamné; všetky logické rady a praktické tipy, ktoré však nedávali odpoveď na *moju* otázku.

A keď prišiel rad na mňa, aby som prehovorila, postavila som sa pred ľudí a na úvod som vyhlásila: „Predchádza ma neúspech.“ A pokračovala som tak, že som im rozpovedala o všetkých problémoch, ktoré som zažila, o všetkých pochybnostiach a rozčarovaní. Keď som prešla pohľadom na malú skupinku tváří, zbadala som, že niektoré ženy mali tváre zamračené od zmätku – tie nechápali, čo prežívam. Na tvárach iných som však objavila prikyvujúci súhlas, náznak toho, že sa ich moja skúsenosť hlboko dotkla. Ba dokonca zopár žien malo v očiach slzy. Uvidela som ženy, ktoré poznali tieto zápasy a utrpenie. Všimla som si, ako už len samotné vedomie, že v tom neboli samy, že niekto dôverne chápal ich súženie, im prinieslo upokojenie a útechu.

zmena

Svoju reč som zakončila slovami: „A tak mi Pán slúbil, že požehná moje úsilie, takže tu stojím pred vami a čakám, že tak aj urobí.“ Potichu som sa vrátila na miesto.

Potom prišiel rad na ďalšieho prednášajúceho. Vystúpila Alice, preky-pujúc nadšením a energiou – energiou, ktorú som ja roky necítila a bola som si istá, že sa ku mne ani nevráti. Hneď som začala byť voči nej podo-zrievavá!

Začala so svojou energickou prezentáciou, v ktorej hovorila o rado-siach organizovania domácnosti založeného na niečom, čo malo názov Ma-nažment vlastnej domácnosti (MOTH program). Zdalo sa, že to má všetko pekne usporiadané; povedala, že jediná vec, na ktorú si celkom nenašla čas, je utrieť prach z klavíra! Poslucháčom padli sánky od nedôvery a údivu. Ja som tam sedela a polovicu času som sa snažila objaviť niečo kompromitu-júce na jej prednáške. „Určite nemá veľa detí,“ pomyslela som si. Nuž, to mi nevyšlo. Mala štyri. „Jej deti sú určite všetky staršie ako tie moje,“ opo-novala som v duchu. Ale nie, zistila som, že má deti približne v rovnakom veku ako ja. „Tento program je určite nový a ona sa necháva unášať pr-votným nadšením,“ domýšľala som si. Ale nie, už na ňom úspešne praco-vala viac ako tri mesiace, čo bol v porovnaní s mojím odhadom odvážny čin. Každý z mojich pokusov skompromitovať ju vo svojich očiach stroskotal, a tak som sa usadila a zdráhavo som ju počúvala.

Ďalej rozprávala o denných rozvrhoch. Pozrime sa na to! Už som sa toľko ráz snažila naplánovať si denný rozvrh, ale jeden za druhým strosko-tali. A okrem toho nebola som človekom, ktorý si veci plánuje; nechcem predsa prežívať každý deň to isté, lebo sa zbláznim. MOTH program však prinášal zaujímavý podnet, o ktorom som nikdy predtým neuvažovala. Vždy som si plánovala pre seba aj deti rovnaké činnosti tak, aby sme robili upra-tovanie domu spoločne, alebo spoločne oddychovali, rozprávali rozprávky a podobne. No program MOTH plánoval *každého* člena rodiny osobitne tak, aby každý člen mohol robiť niečo iné v rovnakom čase. Program vypracoval jednotlivé rozvrhy prác tak, aby to vyhovovalo každému členovi.

Tu bol predo mnou nový kreatívny nápad! Stále som však nemala o to záujem, pretože niekde v hĺbke môjho srdca mi stupeň môjho znechutenia nahováral, že to nikdy nebude fungovať. A aj tak som už nemala energiu nazvyš, aby som vyskúšala niečo nové.

Nasledujúci deň, v nedeľu poobede, som opäť sedela frustrovaná v kresle v obývačke. Deti boli okolo mňa a dožadovali sa mojej pozornosti: „Mami, za-hráš si so mnou karty?“ „Nie, ja sa s ňou chcem hrať!“ „Mami, slúbila si, že nám prečítaš rozprávku!“ „Mami, nepôjdeme namiesto toho niekam na náv-števu?“ A ešte k tomu bol celý dom „vyzdobený“ v dekoratívnom štýle, ktorý som nazvala „Ranný koloniálny chaos“: ponožky, topánky, deky, hračky, knihy, papiere, vankúše a mačacia sršť skrášľovali dlážku v obývačke; riady so zvyš-kami jedál z minulej noci boli nakopené v dreze vedľa riadov z raňajok; bie-lizeň vytvorila v kúpeľni mohutnú horu; a spálne – nuž, radšej som zatvorila oči, keď som schádzala dolu schodmi. „Možno, že nemám rada rozvrhy,“ po-myslela som si, „ale ani toto rozhodne nebudem tolerovať!“ Usudzovala som, že ak mi Boh dal nejakú prácu a on je Bohom poriadku, a ak mi rozvrh po-môže dosiahnuť poriadok, a zároveň ak moje súčasné metódy nezaberajú, potom by som asi mala považovať o zostavení rozvrhu. Znovu sa mi v mysli objavili staré námietky: Som priveľmi „spon-tánna“, aby ma „obmedzoval“ nejaký rozvrh, uva-žovala som. Rozvrhy sú také... *obmedzujúce*.

Teraz som však dostala inú odpoveď.

Rozvrhy môžu byť obmedzujúce, premýš-ľala som, ale chaos obmedzuje ešte viac. Moja pestovaná spontánnosť by bola zbytočná, keby som nemala energiu alebo čas, aby som sa z nej tešila. Predsavzala som si, že vnesiem poriadok tam, kde vládol chaos, a ak si to vyžadovalo zostaviť si rozvrh, nech sa tak stane.

Úplná oddanosť svojmu životnému stavu

Do nedeľňajšej noci som bola pripravená. Zhodnotila som, čo potre-bujem. Posúdila som, čo potrebujú deti. Zhodnotila som, čo potrebuje dom,

**vniesť
poriadok**

manžel a mačky. Bolo to zamotané a odrádzalo ma to viac než dost. V pondelok som však začala zavádzať základný rozvrh, ktorý mal pokryť najväčšie potreby.

Bum! Fungovalo to! Hneď v prvý deň!

Do poludnia toho prvého dňa sa vyprala bielizeň a odložila naspäť do šatníkov; dokončili sa všetky školské povinnosti detí. Dom nebol hore nohami, pretože deti sa konštruktívne venovali iným veciam a Luke neplakal celé doobedie pre nedostatok pozornosti.

V čase večere bol dom ešte stále čistý. Naozaj čistejší. Päťročná Jessica poutierala dlážku v obývačke, na chodbe a v triede. Šesťročný Nicky povytriasal rohožky pri dverách, pozametal a uložil rohožky na miesto. Osemročná Anna napiekla muffiny na raňajky na dva dni. A navyše deti bavilo pol hodinu si potichu čítať, hrať sa na počítači, stavať rôzne stavebnice Lega, strávili hodinu vonku a každé vytvorilo nejaké umelecké dielko. A celé to zavŕšili zaslúženým videom *Kúzelný školský autobus* (je to vedecký žánr, veď viete).

V čase, keď chodia spať, boli deti, dom aj mama čisti a spokojní. Predstavte si to! Rozhodujúcim faktorom bolo to – a spomeňte si, že som rada spontánna a slobodná –, keď som zistila, že mám počas dňa hodiny na to,

aby som premýšľala a plánovala môj nový rozvrh. Hodiny času, ktoré mi už mali v živote zostať natrvalo: hodiny na to, aby som odpočívala, venovala sa svojmu domácejmu podnikaniu, upratovala podkrovie či vysádzala záhradu, alebo sa maznala s deťmi... alebo na to, aby som bola spontánna.

Pri modlitbe v ten večer ma osvietilo: dostala som odpoveď na to, prečo mi Ježiš „nepomohol, ako mi slúbil“. Pochopila som, že Ježiš je dokonale ochotný požehnať moje úsilie, ale najprv *musel mať to úsilie, aby ho požehnal*. Musela som urobiť všetko, čo bolo v mojich silách, aby som splnila svoje povinnosti. Musela som dať päť chlebov a dve ryby – nie tri chleby,

ani dva chleby. Musela som vydať *všetko zo seba* na úlohu a misiu, na ktorú som bola povolaná, nie náhodne, ale v plnosti, systematicky a celkovo. *Ježiš odo mňa žiadal, aby som sa oddala v plnosti svojmu poslaniu*.

Chápala som, že táto odovzdanosť presahovala domáce práce a nemohla sa obmedzovať iba na vedenie môjho domova. Čo Ježiš odo mňa chcel, bolo spojiť všetko, čo som sa naučila od neho, ale aj zo štúdia o tom, čo to znamená byť kresťanom, ženou, manželkou, matkou a zároveň členom Cirkvi a spoločnosti. Chcel, aby som analyzovala svoje poslanie, aby som pochopila, na akú úlohu ma povoláva, a potom to uskutočňovala v živote. Hovoril o úlohe života, ktorá ďaleko presahuje rozvrh domácich prác; o celkovom a dôkladnom usporiadaní každej oblasti v mojom živote.

Vedela som už, čo Ježiš chcel. Nemala som však ani potuchy, kam ma to zavedie.

[poslanie]

Druhá kapitola

Životná regula



Úplné a dôkladné usporiadanie celého môjho života? To je veľká požiadavka! Ako to však mám urobiť? Našla som odpoveď v koncepte životnej reguly.

Životná regula je tradičný kresťanský prostriedok na usporiadanie povolania človeka. Väčšinou ju nájdete v náboženských spoločenstvách, ale regulu môžu využiť aj laici – ktorých životný stav nie je o nič menej povolaním od Boha. V prvom rade pozostáva zo skúmania vlastného povolania a služieb, ktoré so sebou toto povolanie prináša, a z vytvorenia si rozvrhu na plnenie povinností dôsledným a organizovaným spôsobom.

Ak je žena povolaná, aby sa stala rehoľníčkou a v rámci toho zložila sľuby chudoby, čistoty a poslušnosti, súhlasí s tým, že bude dodržiavať regulu spoločenstva. Sú to stanovené normy a bežné postupy pre rehoľné spoločenstvo, súkromnú modlitbu, jedlo, prácu, oddych, odievanie, domáce pravidlá a vykonávanie špecifického apoštolátu rehole. Všetky sú podstatné pre hladký priebeh každodenného života. Nebolo by dobré mať rehoľníčky, ktoré sa hádajú pre to, ktorá z nich má umyť dlážku v kúpeľni alebo uvariť večeru!

[spokojný domov]

Regula prináša poriadok: „spokojné rozdelenie vecí... zástup ľudí zjednotený určitým spôsobom“.² Presne to som chcela, „spokojné rozdelenie“, a zredukovať všetky tie zdrvivé úlohy materstva do jednej peknej pracovnej jednotky, s ktorou by som si vedela dať rady. V mojom chápaní som nevidela nijaký extrémny rozdiel medzi rehoľným spoločenstvom a rodinným spoločenstvom: vždy je tam matka predstavená (mama), postulanti a novici (tí malí, ktorých musí mama zdvíhať) a profesionálne sestry (staršie deti, ktoré môžu vypomáhať). Všetky rehoľníčky potrebujú jesť a spať, obliekať sa, modliť sa a robiť si svoju prácu. Tak je to aj s nami v rodine!

Na celom pojme životnej regule však bolo ešte niečo iné, čo som považovala za fascinujúce: to, že ma to malo priviesť aj ku *svätosti*.

Hmmm... to by bolo niečo! Spokojný domov a zároveň byť bližšie k Bohu! Keďže naše povolanie je špecifickým volaním od Boha – určitá úloha, ktorá nám je na zemi zverená –, plnenie tejto úlohy znamená uskutočňovať Božiu vôľu v našich životoch. Konať Božiu vôľu, pretože to od nás žiada z lásky k nemu, to znamená napredovať na ceste k svätosti, snažiť sa o dokonalosť. A tak som si uvedomila, že regula matky by mala slúžiť ako prostriedok na to, aby som si dala život dohromady, ako aj prostriedok na dosiahnutie svätosti cez povolanie manželky a matky.

[byť bližšie k Bohu]

Praktické hľadisko reguly

Životná regula nie je iba rozvrhom, iba zbierkou činností zorganizovaných do pevného vzoru, aby sa efektívne opakovali. Regula znamená *zorganizovať si všetko, čo má do činenia s vaším povolaním* na základe priorít, ktoré určujú povolanie a sú vykonávané s úmyslom potešiť Boha. Týka sa *základných povinností* vyplývajúcich zo životného stavu a usporiadaných tak, aby boli splnené. Činnosti

² Donald Attwater, Catholic Dictionary, str. 376

zpracované do reguly sú určené na základe špecifického povolania, charizmy a apoštolátu osoby žijúcej podľa reguly. Toto je praktické hľadisko reguly.

Vezmime si napríklad reholný život Misionárok lásky blahoslavenej Matky Terezy. Denný rozvrh sestier je celkom jednoduchý:

4.30 – 5.00	vstávanie a upratovanie
5.00 – 6.30	modlitby a svätá omša
6.30 – 8.00	raňajky a upratovanie
8.00 – 12.30	práca pre chudobných
12.30 – 14.30	obed a oddych
14.30 – 15.00	duchovné čítanie a rozjímanie
15.00 – 15.15	prestávka na čaj
15.15 – 16.30	adorácia
16.30 – 19.30	práca pre chudobných
19.30 – 21.00	večera a upratovanie
21.00 – 21.45	večerné modlitby
21.45	čas spánku

Základný rozvrh je nemenný, deň čo deň, týždeň za týždňom. Dva základné ciele Misionárok lásky sú láska k Bohu a láska k blížnemu, ktorého vidia v najchudobnejšom z chudobných. Ich čas je rozdelený tak, aby spĺňal tieto dva ciele. Všimnite si, že v rozvrhu je každý deň celých sedem hodín venovaných práci s chudobnými a štyri hodiny modlitbe. Okrem toho sú tam zahrnuté aj všetky ich jedlá, práce, štúdium, zotavenie, ba dokonca aj oddych.

Nechápem, prečo by to vlastne nefungovalo u mňa, ako mamy v domácnosti, alebo aj u toho, kto pracuje mimo domu. Všetci máme každý deň rovnakú potrebu spánku a oddychu, jedla, modlitby a práce. Prečo by som si nemohla zapísať do rozvrhu namiesto práce sestier pre chudobných moju špecifickú rodinu a povinnosti, keďže tak veľa toho sa zhodovalo?

Zarazilo ma, že mnohí ľudia už majú zavedený prvok rozvrhu vo svojom všednom živote. Dospelí majú v práci rozvrh pracovného času (či už si tie opakujúce sa činnosti uvedomujú, alebo nie), rozvrh prestávok na kávu,

rozvrh času na cestovanie atď. Deti v škole dodržiavajú rozvrh hodín so stanoveným časom na prestávky, jedlo, voľno a čakanie na autobus. Ako mama v domácnosti by som určite nebola v bežnej situácii, keby sa aj moje školopovinné deti riadili základným rozvrhom.

Dostala som nádej! Otázkou teraz nebolo, „Dokážem to urobiť?“, ako som to predtým celkom logicky očakávala, ale „Ako to urobím?“

Existujú dôvody pre regulu

Pozrime sa opäť na Matku Terezu a jej sestry. Povedali sme si, že ich povolanie je láska k Bohu a láska k blížnemu, ktorého nachádzajú v najchudobnejšom z chudobných. Preto ich regulou je skúmať, čo to znamená, a ich rozvrh odzrkadľuje ich povolanie. Čas majú rozdelený podľa dôležitosti a špecifickosti svojej charizmy.

Keď začala Matka Tereza písať regulu, nezačala rozvrhom. Namiesto toho začala formulovať „princípy a duchovné ciele“, ktoré definovali úlohu Misionárok lásky. „Naším cieľom je uhasiť veľký smäd lásky Ježiša Krista našimi evanjelióvymi sľubmi, slobodne sa venovať službe najchudobnejším z chudobných podľa vzoru a učenia nášho Pána, a tak ohlasovať Božie kráľovstvo osobitným spôsobom,“ vyhlásila. „Naším špecifickým poslaním je pracovať pre spásu a posväcovanie najchudobnejších z chudobných.“³

Až vtedy, keď Matka Tereza konkrétne zadefinovala, čo robí a prečo to ide robiť, vypracovala jednoduchý rozvrh na základe tohto poslania – rozvrh, v ktorom podstatnú časť času sestier vyplňala modlitba a práca pre chudobných. Z toho je zrejmé, že praktický efekt reguly je *odzrkadľovať ciele a úlohu nášho povolania a mal by určovať, ako trávim čas.*

Nuž, v minulosti som už vyskúšala rôzne rozvrhy, ale bolo to márne. Bolo to tak preto, lebo som sa snažila usporiadať si život podľa cieľov, ktoré neodzrkadľovali to, čo si vyžadovalo moje povolanie kresťanky, manželky

³ Lush Gjergji, Mother Teresa: Her Life, Her Works, Hyde Park, New York: New City Press, 1991, str. 49

a matky? Bol stres, ktorý som prežívala, následkom nerovnováhy mojich priorít? Keď sa spätne pozerám, vidím, ako často som mala vo všetkom zmätok! Vedela som vôbec, aké majú byť moje základné denné povinnosti? Napokon regula života sa týka najmä *základných povinností*. Ako som mohla vedieť, či som im dávala také miesto, ktoré si zasluhujú?

Päť priorít manželského povolania

V celom svojom skúmaní som nikde nenašla príklad reguly, ktorú by napísal laik. Väčšina regúl, na ktoré som natrafila, pochádzali z reholí. Tak som sa musela opýtať samej seba: Čo je to špeciálne na mojom povolaní, čo je to neopakovateľné pre manželský život? Kam by som sa mohla obrátiť o pomoc, aby som definovala a vytvorila regulu špeciálne pre matky? Spomínam si, že istý starý kňaz mi na začiatku manželstva povedal o piatich „P“ v manželstve - o piatich prioritách manželského povolania:

Prvá priorita - **modlitba**

Druhá priorita - **vlastná osoba**

Tretia priorita - **partner**

Štvrtá priorita - **rodič**

Piata priorita - **živiteľ**

Kňaz mi povedal, že každá žena, ktorá je povolaná byť manželkou a matkou, má určité povinnosti, ktoré musia byť splnené; skutočné „úlohy“, ktoré sa nemôžu opomenúť či zanedbať. Sú povinné pre vydatú ženu bez ohľadu na jej ďalšie aktivity. Matka, ktorá sa snaží zrieknuť sa niektorých z týchto piatich priorít, je ako lekár, ktorý opustí svoju ordináciu, aby vyšiel na ulicu a začal prevádzkovať advokátsku prax. Či sme už vedeli, alebo nie, čo sme potvrdzovali svojím podpisom, keď sme vyslovovali svoje „áno“, tieto povinnosti sú našimi povinnosťami na základe nášho manželského povolania.

Kňaz mi vysvetlil, že sa musia zoradiť podľa dôležitosti a že mnohé manželstvá nefungujú, keď sa nižšej priorite dáva prednosť pred vyššou. Napríklad z vlastnej skúsenosti hovoril, že manželia zvyknú klásť úlohu živiteľa nad všetko ostatné a často trávia priveľa času (mysľou, ako aj telom)

v kancelárii, zatiaľ čo manželky zvyknú dávať na prvé miesto rodičovskú úlohu, a tak často nemajú dost času na vlastné potreby či na manželov.

Ak vezmeme do úvahy, že päť „P“ je často prepojených, nemusíme ich odlišovať s matematickou presnosťou. Nemala by som ignorovať zranené dieťa iba preto, že sa práve modlím ruženec, ktorý má vyššiu prioritu. Na druhej strane však nemám dovoliť, aby požiadavky domácich prác a výchova detí zapríčinili zanedbávanie môjho modlitebného života. Ako všeobecná príručka je päť „P“ náznakom toho, čím by sme sa ako matky mali zaoberať. Vyžaduje si vedomú snahu začleňovať všetky priority a rozumne s nimi narábať.

Takže som si začala usporadúvať život podľa správneho poradia hodnôt.

● *Prvá priorita: modlitba.* Boh ma volal, aby som si dala do poriadku osobný život tak, že si stanovím za najvyššiu prioritu starostlivosť o svoju dušu a telo.

Znamenalo to, že som si musela všetko postupne usporiadať a úplne prvou vecou bol Boh. Namiesto toho, že si nikdy nenájdem čas pre Boha uprostred všetkého ostatného, musím pracovať na všetkom ostatnom uprostred Boha. Znamenalo to určiť si, ktoré modlitby a úkony sú podstatné pre kresťanský život, a vypracovať si ich základný rozpis. Vytvorila som si aj pevný program na kresťanské štúdium a duchovné čítanie, svätú omšu, adoráciu, spoveď, dni v tichu na duchovnej obnove a stretnutie s duchovným vodcom. Zostavila som si aj režim základnej rodinnej modlitby, aby som pomohla aj deťom dávať Boha na prvé miesto.

● *Druhá priorita: vlastná osoba.* Ďalej som sa potrebovala ubezpečiť, že sa starám o vlastné fyzické potreby. Zistila som si, koľko spánku potrebuje moje telo na zotavenie, koľko cvičenia potrebujem, aké druhy jedla a vitamínových doplnkov atď. Podobne som považovala nad svojím duševným a emocionálnym zdravím.

● *Tretia priorita: partner.* Nuž, Philip je dospelý muž a je schopný postarať sa sám o seba! Chápala som však, že pevné a milujúce manželstvo je

základom rodinného života, preto ďalšie rozdelenie môjho času a energie muselo byť sústredené na partnera, môjho manžela. Takže som vyhradila svoje večery na to, aby som sa venovala v prvom rade jemu, a tak ho uprednostnila pred všetkými ostatnými aktivitami.

● *Štvrtá priorita: rodič.* Fyzické a duchovné potreby svojich detí som brala do úvahy potom, ako som vypracovala tie svoje. No teraz som sa potrebovala zamerať na to, ako ich neprestajne a vedome milovať. Snažila som sa im byť viac k dispozícii počas dňa a čoskoro som zistila, že to nebola iba moja fyzická prítomnosť, ktorej sa dožadovali. Moje deti potrebovali, aby som im bola k dispozícii aj po *duševnej stránke* – aby som im venovala celú svoju pozornosť, keď som s nimi. Musela som stlmiť svoje myšlienky na všetky projekty, ktoré sa mi prehánali myslou, a nájsť si čas, aby som sa s nimi rozprávala a smiala, jednoducho *bola* s nimi.

Čo sa týka mojej výzvy vzdelávať deti, prišla som na to, že modlitba a svätá omša, debaty o viere a príbehy o svätých a o cnostiach sú pre moje deti aspoň také dôležité ako ich každodenná hodina matematiky. Začala som pravidelnejšie pracovať na ich živote viery a povzbudzovať ich k modlitbe a k častejšiemu prijímaniu sviatostí.

● *Piata priorita: živiteľ.* Od nás oboch, odo mňa i môjho manžela, sa požaduje, aby sme zabezpečili našu rodinu. Philip sa o to stará tak, že chodí do práce a zarába peniaze. Na mne je starostlivosť, údržba a oprava nášho domova (pokiaľ je to možné), a tiež naše zdroje. A ak to čas dovolí, môžem zarobiť príležitostne malý príjem, aby som finančne vypomohla. Tu sú zahrnuté aj pracovné povinnosti zamestnaných žien.

Rozhodla som sa dať dom do poriadku a pustila som sa do vytvárania rozpisu domácich prác, ktorý dbá o základné, denné, týždenné a mesačné potreby domova. Skvelé je sledovať, ako ubúdajú domáce práce a znižuje sa čas na upratovanie, keď sa domov udržiava pravidelne, namiesto toho, aby sa neporiadok iba zväčšoval!

Urobila som aj priestor na domáce a záhradné projekty, ako aj na zopár projektov, ktoré by priniesli príjem. A popri tom všetkom som našla

ešte každý deň hodiny voľného času, ktoré som mohla stráviť dobrovoľníckou prácou, prácou v rodine alebo v nejakej inej službe pre cirkev či spoločnosť.

Moja počiatková regula matky

Ako teda vyzerala moja regula, keď som si všetko zorganizovala? Bolo to naozaj veľmi jednoduché. Malo to dennú a týždennú formu.

Od pondelka do piatka som vstávala o 6.45, nakrmila mačky, postavila na kávu a zvyšný čas do 7.30, kým deti vstali, som strávila s Bibliou.

Od 7.30 do 9.00 sme sa poobliekali a umyli, upratali horné poschodie, pripravili a zjedli raňajky, upratali kuchyňu, pustili práčku, rozdelili vitamíny, vymenili plienku bábätku a umyli si zuby.

Od 9.00 do 10.15 sme sa pomodlili a robili si školské úlohy. (Dva až trikrát za týždeň chodíme teraz ráno na svätú omšu.)

O 10.15 som poslala deti von na prestávku a dala som ďalšiu várku do prania, siahla som po šálke kávy a pomodlila sa poludňajšie modlitby, zvyčajne žalmy alebo desiatok ruženca.

O 10.45 sa deti vrátili do domu a robili sme ďalšie úlohy do školy. Najmenšie deti sa v tom čase hrali s hračkami alebo pozerali video.

Od 11.45 do 12.30 deti upratovali, každé malo na starosti jednu izbu na prízemí, zatiaľ čo ja som varila obed; najedli sme sa a upratali kuchyňu. Dala som ďalšiu bielizeň do práčky.

Od 12.30 do 13.30 si deti potichu čítali/hrali sa vo svojich izbách, kým ja som sa pomodlila ruženec alebo sa venovala duchovnému čítaniu či rozjímaniu.

Od 13.30 som sa starala podľa toho, aký bol deň, o domáce práce alebo projekty, venovala som sa domácemu vzdelávaniu, plánovala som návštevy alebo stretnutia, pracovala som v záhrade, alebo som šila. Deti sa zvyčajne venovali nezávislému školskému projektu, potom sa hrali s mladšími súrodencami, robili si na počítači, pozerali vzdelávacie filmy, šili, maľovali alebo si skladali stavebnice z Lega.

O 15.30 som poslala deti von a ja som mala prestávku na kávu/zotavenie.

O 16.40 som vošla do kuchyne. Do večere, ktorá bola na stole o 17.30, som strávila čas prípravou jedla a pečením na ďalší deň, skladaním bielizne, vyložením riadu z umývačky, prestieraním stola, varením obeda pre Philipa na druhý deň a prípravou kávovaru na ráno. Staršie deti mali voľno s mladším bratom a sestrou. O 17.15 si každé z nich upratalo ešte raz izbu a predtým, než si sadli k večeri, porozdeľovali si všetku bielizeň do izieb.

Po večeri sme sa riadili malým pravidlom: nikto neodíde z kuchyne, kým nie je uprataná – vrátane môjho manžela. A tak to bolo väčšinou behom piatich či desiatich minút hotové. (Neskôr som prešla na rozpis domácich povinností na tabuľkách na stene pre každého člena. Časom sme zistili, že to trvá veľmi dlho, a tak to všetci zvyčajne urobíme pekne spolu a rýchlo. Hoci tabuľky sú stále vyvesené na stene a v prípade potreby môžu deti vykonať práce nezávisle.)

Potom som mala čas ísť na prechádzku, navštíviť Najsvätejšiu sviatosť, vrátiť sa a zahrať si na klavíri. Medzitým si deti odložili šaty, mali voľno alebo sa okúpali a pripravili do postele.

O 19.30 sme sa v rodine pomodlili a pred 20.00 bol čas, aby deti išli spať. Po čase som začala ukladať deti spať postupne podľa ich veku.

Zvyšok večera som sa venovala Philipovi, alebo som pracovala na projektoch šitia, alebo sa venovala iným záujmom. Našla som si tiež čas na štúdium viery alebo povolania. Zriedkakedy som pozerala nejaký televízny program.

Väčšinu večerov o 22.00 som sa pripravovala na druhý deň. Vyprázdnila som umývačku, rýchlo upratala, čo zostalo nedokončené na prízemí, odložila som si bielizeň do šatníka, ak to už Philip neurobil, a postarala som sa o osobnú hygienu. Pár minút som sa venovala modlitbe a čítaniu, kým som si o 22.30 ľahla spať.

V soboty som časový rozvrh uvoľnila. Uistila som sa, či v ňom je zahrnutá ranná, poobedňajšia a večerná modlitba, udržiavala som základný

poriadok a starala sa o kuchyňu a bielizeň. V soboty chodievali deti na spoveď, a to raz alebo dvakrát za mesiac. Zvyšok času som mala pre seba. Každú druhú sobotu som trávila deň vonku. Bol to môj deň matky.

V nedele som na radu môjho duchovného vodcu mala iba tri ciele: veľa Boha, veľa rodiny a veľa odpočinku! To bolo ľahké! V nedeľu večer sme všetci rýchlo upratali pred spoločnou modlitbou.

Taký bol náš denný rozvrh. Existovali aj týždenné plány. Pondelok a piatok som držala svätú hodinu v kaplnke ustavičnej adorácie v našej komunite. V piatky sme upratovali prízemie – utierali prach, vysávali a umývali podlahu – po čom vždy nasledoval filmový večer s malinovou a zemiakovými lupienkami.

urobíť rutínu

Každé druhé sobotňajšie ráno, keď som netrávila čas vonku, sme upratovali horné poschodie vrátane výmeny posteľnej bielizne. Philip a ja sme mávali v tom období dvojtýždňové večeradlo.

Spoveď som mávala každý druhý týždeň, keď som trávila čas mimo domu. S duchovným vodcom som sa stretala raz do mesiaca. Vo štvrtkové večery som vyúčtovala šekovú knižku a zaplatila účty. V stredu pred dvojtýždňovým dňom výplaty som odmrazila a vyčistila našu starnúcu chladničku a mrazničku a urobila nákupné zoznamy. S priateľmi, ktorí tiež vzdelávajú deti doma, sme sa dohodli, že si deti raz či dvakrát do týždňa „vymeníme“. V tieto dni, keď boli deti preč, som si vybavovala nevyhnutné stretnutia alebo pracovala na špeciálnych domácich projektoch. Zo všetkého, čo sa dalo, som urobila rutínu. Ušetrilo ma to od ustavičného organizovania vecí.

Pripustila som, že mi rozvrh môžu narúšať mimoriadne situácie a ďalšie skutočnosti. V dni, keď mi ochorelo dieťa, alebo som bola celú noc hore, či sme mali nečakane spoločnosť, som fungovala v „režime údržby“. Vtedy som sa snažila, aby boli urobené tie najnevyhnutnejšie veci, aj keď to zasiahlo do môjho voľného času. Pre mňa to boli modlitba, jedlo, bielizeň a upratovanie a deti mali mať urobenú aspoň matematiku a čítanie, ak neboli choré. Aj vtedy, ak

bola celá rodina vystresovaná a dostala ponorkovú chorobu – čo sa stáva, ak vzdelávate deti doma –, som do mojej reguly začlenila možnosť nechať všetko tak a stráviť deň zaujímavými vedeckými pokusmi, alebo pre zmenu vyjsť von z domu. Osobné záujmy mojej rodiny boli na prvom mieste.

Napokon *regula je nástroj, nie tyran*. Rozvrh je pre rodinu, nie rodina pre rozvrh. Jediná vec, na ktorú som dávala pozor, bola, aby sa tento rozvrh nestal zákonom. Musela som sa naučiť byť pružná, ale nie taká pružná, aby som sa v mysli dostala dlhodobo opäť mimo rozvrhu!

Tieto základné časové úseky, ktoré pokryli všetky potreby nášho denného života, sa stali viac-menej stálymi, odkedy som začala dodržiavať moju regulu. Plánované časy sú dosť pevné, hoci teraz už netrvám na tom, aby sme začali obedovať presne o 12.00, keď už viem, koľko času veci zaberú. Jedno sa ukázalo ako veľmi dôležité: ponechať si dostatok času na dokončenie rôznych úloh; inak vo mne vznikol stres.

Na začiatku som trávila dosť času prispôbovaním rozvrhu a odhadovaním, čo funguje a čo nie, a každú jeseň som rozvrh upravovala tak, aby vyhovoval meniacim sa požiadavkám a schopnostiam mojich detí. Keď deti vyrástli, mohli už napríklad vypomáhať v kuchyni s prípravou jedla. Kým v minulosti som varila všetky jedlá ja, zvláda teraz Anna s inštrukciami výborne navariť večeru pre rodinu niekoľko ráz za týždeň. Ona aj ostatné deti pomáhajú s prípravou obeda. Pridelím im prácu, ktorú zvládne každý z nich, a ja robím to, čo viem urobiť iba ja. Takto môžem slobodnejšie splniť ďalšie a náročnejšie úlohy, ako objednať návštevu u lekára či oznámkovať úlohy z matematiky.

**rozvrh je pre rodinu,
nie rodina pre rozvrh**

Čas na každú úlohu

Počas ďalších mesiacov som vypracovala praktické stránky reguly a krok za krokom som ich zavádzala do života. Spomínam si na prvé leto,

keď sa Philipovi začali prázdniny, a tak sme sa rozprávali, ako bude tráviť prázdninový čas. Mala som všetky veci v takom poriadku, že som sa mu mohla úprimne pozrieť do očí a povedať: „Okrem kúpania najmenšieho dieťaťa po večeri ti nezostala žiadna domáca práca. Možno by si sa mohol zamerať na iné veci okolo domu, alebo postaviť verandu.“ Predstavte si – poznáte nejakú ženu so zdravým rozumom, ktorá by manželovi povedala, že nepotrebuje jeho pomoc na dome? Ale bolo to tak. Veci išli tak hladko, že som nepotrebovala žiadnu pomoc navyše.

Celkom prvú vec, ktorú som spozorovala, bol *poriadok* v dome. (Celkom prvú vec, ktorú zbadal Philip, boli šaty každý deň odložené v skrini – a už nemusel zháňať ponožky!) Dom bol čistý. Všetko malo svoje miesto. Bol čas na všetko.

Dôsledkom toho sa *moja myseľ oslobodila od tisícky starostí a obáv*. Zatiaľ čo predtým by som sa uprene rozhliadala po dome a rozmýšľala, do ktorej úlohy sa mám skôr pustiť, a kým by som na jednej pracovala, znepokojovali by ma stovky ďalších, ktoré by do toho prišli, teraz som presne vedela, kedy musí byť každá úloha v mojom domove hotová. Vedomie, že upratovanie bolo na rade tesne pred večerou, mi zabránilo v tom, aby som po celý deň neprestajne upratovala. Vedomie, že pranie sa robí ráno, ma uchránilo od stresu z toho, že som videla špinavú bielizeň v koši každý večer. Keďže som vedela, že umývanie dlážky sa robí v piatok, neznepokojovalo ma toľko, keď vo štvrtok večer bola dlážka špinavá. Keďže bol čas a miesto na všetko, zostali mi „voľné“ chvíle, ktoré som si nemusela naplánovať na drobné práce. Prestala som myslieť na všetky tie povinnosti, ktoré ma zatažovali, a dokázala som sa sústrediť na prítomnú chvíľu v plnosti a slobodne.

Zistila som, že regula matky mi priniesla do života *vyrovnanosť*. Zatiaľ čo predtým sa mi zdalo, že mám urobiť nekonečný zoznam prác, teraz som zistila, že mám dostatok času na tiché čítanie alebo na kartovú hru s deťmi. Keďže každá z piatich priorít udržiavala v rovnováhe dôležité potreby, žiadna stránka života neprevážila tú druhú. Každé potrebe v mojom povolaní a mojom osobnom živote bol venovaný spravodlivý podiel času. Od toho

času som objavila veľké množstvo záujmov v mojom dennom živote, ako aj *skutočný* voľný čas. Život nebol iba *samá* práca alebo *samá* hra, ale bol zdravo popretkávaný obidvoma.

To značne znížilo moju hladinu stresu a viedlo k väčšiemu uspokojeniu z toho, že som doma.

A deti? Deťom sa darilo. Prestali žiť to, čo nazývam „syndróm televízneho seriálu“, v ktorom nemali stanovený rozvrh na večer, takže boli v pokušení sledovať bezcieľne jeden seriál za druhým, a preto nemali dostatok času na robenie niečoho zmysluplnejšieho. Teraz mali namiesto toho plán na každý deň. Vzdelávanie detí doma na vysokej úrovni, domáce práce, zábava, modlitba a čas osobného voľna, to všetko sa naozaj zvládalo. Nicky, môj najstarší syn, prišiel ku mne a povedal mi: „Vieš, mami, naozaj mám dobrý pocit, keď urobím svoju prácu!“ a „Vieš, mami, ak budeme *udržiavať* poriadok, budeme mať menej práce v deň upratovania. Prečo to nerobíme takto?“ Áno, to bol môj šesťročný génus!

Ďalšiu vec, ktorú nám regula priniesla, by som nikdy nepredpokladala: *obmedzilo to hašterenie a dohadovanie sa s deťmi*. Keďže bol teraz čas na všetko, nezasahovala som im do voľného času, aby mi pomohli s drobnými prácami. Voľný čas bol naozaj voľný čas a mrzutosti sa (väčšinou) skončili, pretože vedeli, čo sa od nich očakávalo a kedy sa to očakávalo. Regula a kolobeh práce a odpočinku, hry a modlitby boli pre nich stimulom, aby dokončili svoju prácu; a mali dostatok času na to, aby ju urobili dobre.

Keďže vedeli, že drobná práca bude hotová za pätnásť minút, pozerali sa na to z iného uhlu pohľadu. Vedeli, že nepríjemná práca, ktorú im mama zadá, bude mať hranice – pretože utrpenie je vždy menšie, keď zistíte, že nebude trvať večne!

Duchovné výhody reguly matky

Tak často som v živote rozmýšľala, aká je v živote Božia vôľa pre mňa. Pri používaní mojej reguly som zistila, že Božia vôľa nie je taká tajomná.

Verím, že existujú tri veci, ktoré od nás Boh chce: po prvé, milovať ho a poslúchať jeho prikázania; po druhé, vykonávať denné povinnosti podľa stavu, do ktorého sme povolaní; a po tretie, byť otvorení pre vnuknutia Ducha Svätého v každodennom živote.

Keď som začala žiť podľa svojej reguly, nadchla ma práve tá skutočnosť, že deň čo deň a okamih za okamihom som sa snažila plniť Božiu vôľu v mojom živote. Ako mníška sľubuje poslušnosť voči predstaveným, ja som sa cvičila v poslušnosti voči požiadavkám svojho povolania, a to sa odrážalo v mojich každodenných povinnostiach. Poslúchala som Boha každým svojim skutkom, ktorý som konala, až po nakladanie riadu do umývačky a kŕmenie mačiek.

Tá sloboda ducha, ktorú som pocítila, bola úžasná. Mnoho ráz, keď mi v minulosti veci nevychádzali, lámala som si hlavu nad tým, či som niečo neurobila zle, alebo či som sa nejako neznepáčila Bohu. Ale teraz, keď som vedela, že som urobila to najlepšie, aby som naplnila jeho plán pre mňa, objavila som zmysel pre pokoj zoči-voči skúškam. Uvedomovala som si, že ak sa problémy objavia, nebolo to preto, že som bola pohodlná!

Pomohlo mi to tiež tolerovať každú prázdnotu, ktorú som pociťovala pri modlitbe. Uspokojovalo ma vedomie, že robím všetko preto, aby som venovala čas modlitbe, začala som chápať, že duchovná prázdnota je niečo, čo nezáviselo odo mňa, že to bolo v Pánových rukách. Bolo mi ľahšie dôverovať, že Boh mi naozaj zošle útechu, ak bude treba.

Regula matky okrem toho aj posväcuje, pretože cez ňu robíme to, čo by sme mali robiť. Je to výborný prostriedok na umŕtvovanie sa.

Čo je umŕtvovanie sa? Pre dedičný hriech, ktorý je znásobený našimi vlastnými hriechnymi skutkami, je naša prirodzenosť narušená. Použili sme vášne a žiadosti na veci, ktoré nie sú pre nás dobré. Sme náchylnejší viac na hriech ako na cnosti. A hoci Boh vždy pôsobí svojou milosťou, aby obnovil poriadok v našich narušených dušiach a telách, my sami s ním musíme spolupracovať (*Kol 1, 24*). Odpovedáme na túto milosť cez pokorovanie sa, odumieraním nášmu narušenému bytiu; podielame sa na tom tak, že

krotíme svoje sebestvo a hriešnosť a vyberáme si skutočné dobro, ktoré nám Boh predkladá.

Nuž, možno máte dosť nejasný obraz o tom, čo je umŕtvovanie, ako to bolo niekedy aj u mňa. Pamätám si, že som raz čítala o tom, ako sa sv. František bežal hodiť do trnia a tak bojoval s pokušením. Čítala som o Ružene Limskej, ktorá spala na posteli z rozbitého skla. Mnohí stredovekí svätci nosili vrecovinu, ktorá im ustavične dráždila kožu. Tieto formy umŕtvovania sú však mimoriadne a nie sú práve vhodné pre priemerného kresťana.

Zachovávanie našej reguly, konanie skutkov, ktoré by sme mali robiť pre Boha a našu rodinu, nám poskytuje dosť spôsobov na umŕtvovanie sa, aby nás Boh mohol cez to očisťovať! Pre našu hriešnu prirodzenosť je rovnako ťažké robiť to, čo máme – vstať z postele načas, zdravo sa stravovať, cvičiť, či dokonca poumývať drsný malý priestor za záchodom. Dokonca aj obyčajná snaha robiť to, čo je dobré, a brániť sa konaniu podľa našich narušených náklonností je opravdivé umŕtvovanie. Je to známe aj pod mnohými ďalšími názvami: sebaovládanie, sebadisciplína alebo – ako to nazýva sv. Ján z Kríža – noc zmyslov. Je to naša vôľa pôsobiaca v obetavej láske a konajúca všetko preto, lebo to Boh od nás žiada, vôľa, ktorá umožňuje Bohu zmeniť naše srdcia tak, aby milovali hlbším spôsobom.

To nás nevyhnutne vedie k cnostiam, pretože – ako hovorí *Katechizmus Katolíckej cirkvi* – „ľudské cnosti sa získavajú... slobodnými skutkami a vytrvalosťou obnovovanou v opakovanom úsilí, ktoré je očisťované a pozdvižované Božou milosťou. S pomocou Boha vytvárajú charakter a dávajú schopnosti na konanie dobra. Cnostný človek je šťastný, že sa v nich môže cvičiť“ (*KKC* 1810). Práve vykonávanie našich povinností a zachovávanie reguly nás posväcuje či robí svätými. Dokonca to umožňuje robiť *lahšie* dobré skutky, pretože rozvíjaním dobrých návykov prestávajú byť také namáhavé. Pamätám si, že v určitom čase som si ani nebola istá, či dodržiavam regulu, pretože sa mi stala takou prirodzenou. Išla som sa pozrieť na rozvrh, aby som skontrolovala, či som na niečo nezabudla!

Tiež som si všimla, že regula matky pomáha v tomto smere aj mojim deťom. Nielenže im to prináša do života fyzický poriadok a praktizovanie dobrých návykov, ale vidia aj dobrý príklad svojej mamy. Ako vyhlásil pápež Pavol VI., najúčinnější forma evanjelizácie je svedectvo našich životov a až potom slová, ktoré používame na vysvetlenie príčiny našej nádeje.

Regula je viac ako časový rozvrh

[robíť všetko z lásky] Lahké je vidieť praktické výhody reguly života. Veci sú usporiadané a život sa dá žiť veľmi efektívne. Ak sa však budeme sústreďovať iba na rozvrh a hľadať iba efektivitu, unikne nám

zmysel reguly. Vezmime si napríklad kvalifikovaného obchodného konateľa, ktorý má skutočne presný rozvrh, vyvážený po všetkých stránkach, a ktorý aj starostlivo dodržiava. Možno funguje ako hodinky, presne o 9.00 má schôdzku s poradcami, presne na 10.30 si naplánuje finančnú konferenciu, napoludnie má schôdzku s perspektívnym klientom a denný zisk hodnotí každý deň o 13.00. Mohli by sme povedať, že dodržiava regulu života?

Nie, v regule života je hlbšia a podstatnejšia úroveň, ktorá ju odlišuje od obyčajného rozvrhu: úmysel a cieľ dodržiavania reguly. Regula, ktorá sa dodržiava pre praktické výhody, nie je regula života; je to rozvrh. Povinnosti, ktoré si odbavíme s nechutou či so zdráhaním, nevytvárajú regulu, pretože život podľa regule má byť *odpoveďou na Božie volanie*.

V regule matky vykonávame všetko, lebo to od nás chce Boh. Znamená to prijať a objasť svoje povolanie. Spočiatku možno iba zo zmyslu pre poslušnosť voči Bohu (pretože to on chce), alebo neskôr preto, že ho milujem. Rovnako treba aj pretrpieť pravdepodobne ustavičný zápas, v snahe prispôsobiť svoje postoje pred jeho tvárou. To je srdcom reguly. *Znamená to robiť všetko, o čo ma žiada, z lásky k nemu, pretože on ma o to žiada.*

Aby som teda priniesla Boha do každej časti môjho dňa, zakaždým, keď sa pozriem na rozvrh, krátko sa pomodlím a poprosím, aby bol so mnou

a požehnal ďalšie rozdelenie času. Toto spolu s mojimi naplánovanými časmi na modlitbu mi umožnilo viac si uvedomovať jeho ustavičnú prítomnosť počas dňa. Čoskoro som bola schopná robiť veci s ním a pre neho tak ľahko, ako skladať detské dupačky.

Nastal čas zostaviť vašu regulu

Keďže som bola už desať rokov vydatá, nemala som čas niekoľko rokov skúmať svoje povolanie tak dôkladne, aby som mohla vypracovať dokonalú regulu, ktorá by ma okamžite viedla do dokonalého poriadku a dokonalej svätosti. Tak som sa rozhodla, že začnem hocikde a budem študovať krok za krokom. Vytvorila som si úvodný rozvrh, ktorý mi priniesol vyváženosť a poriadok a zároveň mi umožňoval študovať moje povolanie do väčšej hĺbky.

Neskôr som zistila, že to isté vlastne robia aj rehoľníčky! Ak vstúpi novicka do rehole, ihneď začne dodržiavať rozvrh reguly, aby pripojila svoju činnosť k tej, ktorú robia ostatné sestry. V nasledujúcich rokoch však študuje regulu, jej zásady a ciele, aby urobila duchovnejšou svoju každodennú rutinu a pozdvihla význam niekedy všedných vecí.

A ako raz povedala Matka Tereza, keď učila svoje sestry o regule, bol to *duchovný princíp* reguly, na ktorý bolo potrebné klásť dôraz. A tak keďže som mala základný rozvrh v poriadku, spomenula som si, čo som sa za tie roky naučila o piatich „P“, a začala som na nich vedome pracovať. Potrebovala som lepšie pochopiť duchovný princíp *mojej* reguly matky, aby som zachytila zmysel toho, prečo som to všetko robila.

Chcela by som sa s vami podeliť s niečím, čo som sa naučila o svojom povolaní ako kresťanská manželka a matka v udalostiach a okolnostiach môjho života. Poskytnem vám základné rady, ako si môžete vytvoriť vlastnú regulu matky. A keďže Cirkev vždy zdôrazňovala dôležitosť duchovnej stránky reguly, jej podstatu, chcela by som vám ukázať, ako som pochopila cieľ svätosti tak, ako ho môžete hľadať a žiť v manželskom povolaní.



Tretia kapitola

Prvá priorita: modlitba

Ako zaneprázdnené matky, pohltené ťažkosťami života, sa prirodzene sústreďujeme na praktické veci. Ľahké je zabudnúť, že máme hlbšie povolanie, keď šteká pes, vyzváňa telefón, pípa časovač na sporáku a dieťa plače. Keďže žijeme vo svete, veľmi ľahko zabúdame na náš hlavný cieľ alebo nevidíme nijaký hlbší zmysel či realitu života. Máme však povolanie na niečo oveľa väčšie ako to, čo vidíme okolo nás.

Cesta k Bohu má mnoho stupňov a Boh vedie každého z nás k sebe neopakovateľným spôsobom. Často sa nám zjavuje postupne a niekedy veľmi intenzívne. My však nie sme bezmocní. Existujú veci, ktoré môžeme urobiť, aby sme si prehĺbili náš vzťah s Bohom. Jadrom prvej priority je pozrieť sa na naše životy, uvedomiť si, kam nás Boh doteraz zaviedol, a naučiť sa, čo by sme mali robiť, aby sme boli otvorenejší na jeho priamy a osobný zásah do našich životov.

Niekedy to jednoducho znamená uvedomiť si, že ho potrebujeme.

Niečo hľadáme

Bolo tak nádherne. Jasne svietilo slnko a na modrej oblohe nebol ani mráčik. Sedela som na detskej hojdačke na zvažujúcom sa kopci v Bretónskom zálive Nového Škótska, teplý vetrík mi pohládzať chrbát a povieval

okolo nôh. Vôkol tancovala vysoká tráva. Slnko sa odrážalo dolu v prístave ako jagajúce sa diamanty. Niekoľko vtáčikov štebotalo a chystalo sa letieť prezimovať na juh. Táto panoráma bola ako vystrihnutá z pohľadnice.

Vonku bolo krásne, ale vo svojom vnútri som bola zlomená zúfalstvom.

Mala som iba dvadsaťjeden rokov, ale cítila som sa stará, opotrebovaná, využitá a taká prázdna ako starý bubon. Niečo mi v živote chýbalo, a ja som nevedela čo. Hľadala som niečo päť rokov - snažila som sa nájsť *niečo*, čo by naplnilo moje srdce. Odmietala som život rodičov, lebo ma neuspokojoval, a rútila som sa do života, v ktorom som vyhľadávala potešenie, kde sa len dalo. No čím viac som sa snažila naplniť samu seba, tým som bola prázdnejšia.

Spievala som v kapele, s ktorou som niekoľko rokov chodila na turné. Vychovávali ma ako katolíčku, ale nikdy som sa s Bohom nestretla. Verila som, že existuje, verila som dokonca aj v Katolícku cirkev, ale nevedela som pochopiť, aký je v tom rozdiel. Pre mňa bolo kresťanstvo zoznamom pravidiel a obmedzení mojej slobody. Unavovalo ma „to nesmieš“, „to musíš“, a keď mi niekto diktoval, ako mám žiť. Jednoducho povedané, neuspokojovalo to hlboké potreby môjho srdca.

Niekoľko rokov predtým som vošla do spovednice, mysliac si, že to bude už úplne naposledy. „Otče,“ vyhlásila som, „nevidím v tom nijaký zmysel.“ Kňaz žiadal odo mňa vysvetlenie. Pokračovala som: „Prichádzam sa spovedať znova a znova, vyznávam sa z rovnakých hriechov a nikam ma to neposúva. Pravda je, že nemám v úmysle prestať s hriechmi, ktoré pácham, lebo nevidím nijaký dobrý dôvod, aby som to urobila. Už sem neprídem.“ Kňaz vydal zo seba tichý vzdych a povedal: „Aspoň že máte v sebe úprimnosť.“ Požehnal ma a ja som odišla za tým, o čom som si myslela, že je dobré.

A tak, vypustená do hudobného biznisu (profesia, ktorá nie je známa mravnosťou!), nasledujúcich pár rokov som robila to, čo sa mi páčilo, a odhodila som morálne a spoločenské pravidlá v prospech „slobody“. Dopriala som si akúkoľvek zábavku, ktorá ma

prázdnota

nadchla a o ktorej som si myslela, že ma urobí šťastnou. Nič však nedokázalo vyplniť tú dieru v mojom srdci. V to teplé popoludnie na hojdačke nastal rozhodujúci okamih - v ten deň som usúdila, že už niet viac čo skúšať, niet o čo sa usilovať. Na moje „hľadanie niečoho“ neexistuje odpoveď.

O pár týždňov som sa pridala k novej kapele v Halifaxe. Bývala som v bubeníkovom apartmáne a spala na matraci vo veľkej chodbe. Jednu noc, ako som tam ležala v tme a hľadela cez dvere na nádvorie ponorené do hmly, ktorú pouličné svetlo sfarbilo do oranžova, dospela som k názoru, že už nemám čo stratiť. Otočila som sa na chrbát a oslovila som strop:

„Bože, ak si tam, usudzujem, že je to tvoja povinnosť, aby si sa mi ukázal. Už som urobila so svojim životom všetko, čo som mohla. Ak chceš, aby som ťa spoznala, musíš sa mi zjaviť; a je to na tebe, pretože ak si Boh, určite si nájdeš spôsob.“ Potom som sa prevalila a lahla si spať.

Prešli týždne. Bola som doma a sedela pri filme o dôsledkoch jadrovej vojny. Bolo to také deprimujúce, také skľučujúce, také beznádejné, že som si nedokázala predstaviť, že by mal svet takto skončiť. Niečo mi napadlo, vyšla som po schodoch do izby a vyhrabala Bibliu, ktorá patrila mojej tete. Otvorila som ju hneď na *Knihe zjavenia* a začala som čítať. Čítala som celú noc až do skorých ranných hodín a len čo som zavrela oči v snahe zaspáť, našla som to „Niečo“.

Keď som v tú noc čítala Písmo, Boh pohol mojím srdcom skutočným a osobným spôsobom. Zaspala som spokojná, že som našla Boha. Po takom dlhom a náročnom hľadaní som vedela, že moje odpovede nejako prídu ku mne skrze neho. Až neskôr som si uvedomila, že to hľadanie samotné bolo ozajstnou formou modlitby; moje srdce sa dvíhalo s otázkou k môjmu Stvoriteľovi bez toho, aby som vedome poznala, koho sa to pýtam. Verím, že Boh vo mne pôsobil po celý čas, aj v tej najväčšej nespokojnosti.

Náboženský impulz v nás

Čo to je? Čo chýba v mojom živote? Mnohí ľudia dnes zažívajú túto prázdnotu ako ja, snažia sa ju vyplniť svetskými rozptýleniami: peniazmi,

cestovaním, mocou, pôžitkami, ľudským uznaním a slávou, úspechom v kariére, sexom a drogami, záľubami a zábavami, dokonca dobrovoľníckou prácou; a zoznam týmto nekončí. Nič tu však nepomôže, pretože táto zásadná nespokojnosť je túžba našich srdc, ktoré musia byť naplnené niečím viac, ako dokážeme sami dosiahnuť: Bohom samotným. Ako povedal sv. Augustín: „Naše srdcia boli stvorené pre teba, ó Pane, a nespokojné sú, kým nespočinú v tebe.“

Ako matky sa tiež môžeme zamotať do rozptýlení každodenného života a ani nespozorujeme, že náš vzťah s Bohom ide dolu vodou. Zrazu zistíme, že sme sa ani chvíľu skutočne nepomodlili. Môže sa to stať pravidelne, aj pri tých najlepších úmysloch, ak si vedome nevyhradíme čas. Potom sa čudujeme, prečo nás veci stresujú alebo prečo nám chýba energia a elán pri plnení povinností.

Niekedy nás môže pokúšať naša vlastná nespokojnosť často s všednými vecami týkajúcimi sa materstva, aby sme hľadali zmysel mimo nášho povolania. Viem, že som počas svojej materskej kariéry mala veľa obľúbených činností, prechodných projektov, ktoré znovu a znovu pohlcovali moju pozornosť. Môžeme si všimnúť, že čoraz viac venujeme čas, pozornosť a úsilie záhradkárstvu alebo maľovaniu, alebo mládežníckym skupinám, alebo politickým mítingom, kým naše domáce povinnosti a vzťahy sú na druhom mieste. Napokon, keďže Boh zjavne nie je dotieravý, lebo sa nedožaduje našej pozornosti, ako to dokážu naše deti či neuprataný dom, aj on môže hrať v našom živote druhé husle.

To je dôvod, prečo by sme si mali do prvej priority v našom rozvrhu zaradiť čas na Boha, a ak to urobíme ako prvé, môžeme si byť isté, že mu dávame spravodlivé miesto v našich životoch. On nám na odplatu dá silu a zmysel, ktorý potrebujeme, aby sme dokázali žiť podľa nášho povolania.

Sviatosť zmierenia

V ďalších mesiacoch som sa vrátila na turné. Napísala som list mame a ospravedlnila sa za vzdorovitosť a za všetko, o čom som vedela, že jej ublí-

žilo. Môj otec nás totiž opustil, keď som mala sedemnásť, prišli sme o dom a krátko nato som sa vzbúrila a odišla. Pre moju matku to bolo ťažké obdobie a vedela som, že dlho plakávala. V liste som sa jej poďakovala za jej čestnosť, pretože nikdy by som nemohla povedať, že prižmúрила oči nad mojím hriechom. Keďže ma ľúbila, nikdy sa nebála povedať mi pravdu. Ani na chvíľu nezamietla veci pod koberec a nikdy sa nebála otvorene si pohovoriť so mnou o mojom životnom štýle, ak bolo treba.

Keď sme si jednu noc nachystali aparatúru v klube, zavolala som domov, aby som mame povedala, že v ten týždeň pôjdem na spoveď. Na druhý deň o štvrtej hodine som odišla z domu, kde sa schádzala kapela. Zvierala som ruženec a držala som si škapuliar blízko pri srdci (aj tie som si osvojila z katolíckej výchovy), pretože som sa bála. Nebála som sa ísť na spoveď, ale bála som sa, že sa tam nedostanem! Uvedomovala som si ten radikálny krok, pre ktorý som sa rozhodla, že moje „áno“ Bohu znamenalo pevné „nie“ diablovej, ktorý sa ma mohol snažiť zastaviť. Vo všetkej úprimnosti som sa obávala o svoj život, keď som prechádzala troma dlhými blokmi ku kostolu. Kým na križovatkách som veľmi opatrne zastavovala, aby som sa uistila, že ma nezrazí nijaké auto, do kostola som vbehla tak chytro, ako sa len dalo, a vošla som do spovednice prvý raz po piatich rokoch.

V živote som videla ľudí, ktorí sa spovede báli. Ja som tiež mala obavu, ale v praxi som v sviatosti zakúsila iba obrovské vyliatie Božej lásky a milosti. To však neznamená, že to bolo vždy ľahké. Pamätám si, ako som mala vyznať obzvlášť trápny hriech. Povedala som kňazovi, že to nechcem povedať. „Musíte to povedať,“ odpovedal mi. Tak som pozbierala všetku svoju odvahu a povedala som to. Moje počiatkové sčervenanie hanbou sa rýchlo premenilo na úľavu a na ozajstnú skúsenosť Božieho milosrdenstva, keď kňaz povedal: „Tak vidíte? Treba vyznať naše hriechy čestne

**On nám dá
sílu a zmysel**

a otvorene. Je to jediný spôsob, ako sa môžeme vyrovnáť s hrôzou toho, čo sme vykonali.“

Veď Boh pozná aj naše slabosti. Nežiada od nás nič, čo nedokážeme urobiť alebo na čo nám nedá potrebnú milosť.

V obdobiach boja sa mi spovednica stala miestom Božej útechy a rady. Raz som v spovedi predložila svoj zmätok a znechutenie kňazovi a on mi povedal krásnu analógiu, ktorá mi umožnila prekonať ďalšie chvíle. Prirovnal hriech ku zvonu. „Ak hrešíte aktívne,“ vysvetľoval, „je to, akoby ste naschvál zvonili na zvon potahovaním za lano. Teraz, po obrátení, ste prestali ťahať za lano, ale zvon sa na lane stále hojdá hore-dole. No ak sa pozorne započúvate, zbadáte, že jeho zvuk slabne a čoraz viac sa vzdaluje. Napokon zvonenie úplne prestane. Majte trpezlivosť sama so sebou, drahé dieťa.“

Pri vytváraní reguly matky sa musíme postarať o prostriedky na rozvíjanie hlbšieho vzťahu s Bohom a sviatosť zmierenia je jedným z najlepších prostriedkov, ktoré máme.

Pravda je, že niekedy sa môžeme spovede báť, alebo možno nevidíme potrebu na ňu ísť, lebo máme pocit, že sme nespáchali nijaké „veľké“ hriechy. Spoveď je však skutočne znamenitý vynález Boha, aby sa prihovril k našim najosobnejším okolnostiam priamym a jedinečným spôsobom. Milosti dané pri spovedi sú *zamerané konkrétne* na neodkladné potreby *jednotlivca*, malé aj veľké, a to trojakým úkonom Boha: odpustením našich hriechov, uzdravením našich hriešnych návykov a posilnením, aby sme s väčšou milosťou, špeciálne určenou na naše okolnosti, mohli prežívať naše životy.

Navyše, keď sa nám zdá, že Boh nás nevypočul v nejakej oblasti nášho života, čo sa môže celkom pokojne stať, často nám poskytne útechu jeho počuteľný hlas prostredníctvom kňaza. V regule matky by sme teda mali zabezpečiť, že budeme využívať túto sviatosť pravidelne.

**miesto Božej
útechy a rady**

Sila Eucharistie

Po obrátení som po toľkých rokoch hladovania trávila dlhé mesiace sýtením sa Božím slovom. Ako cestujúci hudobník som mala veľa voľného času, a tak pre mňa nebolo nič nezvyčajné, že som strávila šesť hodín denne čítaním Biblie. Bolo to ako bleskový kurz kresťanstva, pri ktorom na mňa prúdilo požehnanie.

Počas ciest som tu a tam natrafila na zopár kresťanov. Väčšinou to boli protestanti, a tak som začala čítať veľa protestantských kníh. Zažila som to, čomu sa hovorí skúsenosť „znovuzrodenia“. Tak som sa rozhodla odmietnuť Katolícku cirkev. Keďže som ako katolíčka nikdy nezažila Boha „osobne“, nenašla som dobrý dôvod na to, aby som sa tam vrátila. Boli to protestantské knihy, ktoré ma povzbudzovali na mojej ceste vo viere. Boli to protestanti, ktorí rozprávali o Ježišovi v bežnej konverzácii. Boli to protestanti, ktorí boli zapálení Ježišom a ktorí žili svoje životy v skutočnom vzťahu s ním. Určite mali pravdu!

To však znepokojovalo moju mamu. Bola som doma na ďalšej prestávke a mama ma zahнала do úzkych v mojej izbe:

„Holly, chcem, aby si sa vrátila k svätej omši.“

„Vôbec nemám v úmysle vrátiť sa k svätej omši!“ oponovala som.

„Holly, chcem, aby si sa vrátila k svätej omši,“ naliehala.

Mala som pohotovú odpoveď. „Čítam Bibliu šesť hodín denne. Ako často čítaš ty svoju?“ zavtipkovala som.

„Čítam Bibliu každý deň na svätej omši.“

„Pozri, mami, som šťastná. Milujem Ježiša. Nechcem chodiť na svätú omšu. Omšu nepotrebujem.“

A to bola výzva, ktorú mama potrebovala. Začala mi vysvetľovať dôležitosť sviatosti Eucharistie.

„Dovoľ mi, aby som ti to vysvetlila takto: prečo by sa človek, zdravý človek, ktorý by mohol byť veľmi šťastne ženatý a mať vlastné deti, vzdal toho všetkého pre kúsok chleba, aby ponúkol tento malý kúsok chleba, Eucharistiu, *keby to nebolo niečo viac ako len chlieb?*“

Neodpovedala som, ale hlavou mi prebehla myšlienka: „Nuž, možno cez ňu prehovoril aj Duch Svätý.“

Mama ma poprosila, aby som to aspoň vyskúšala. A tak som to skúsila. Ďalší týždeň som sa vrátila do Halifaxu. Bola Kvetná nedeľa. V telefónnom zozname som si vyhladala najbližší katolícky kostol a vybrala som sa tam.

Od okamihu, keď som vstúpila do kostola, silne som cítila Ježišovu prítomnosť, a keď kňaz pozdvihol hostiu, vedela som, že je to On. Preplakala som celú svätú omšu. Bol na mňa zaujímavý pohľad - v koženej bunde, tmavých okuliarech, na blond odfarbených vlasoch, v rokenrolovom štýle. Revala som ako malá, deti sa za mnou otáčali a ukazovali na mňa prstom. Plakala som celú svätú omšu, aj omšu ďalší týždeň, aj ďalší a ďalší. Rovných šesť týždňov, len čo som vošla do kostola, začala som plakať, kým som nepovedala Ježišovi: „Dobre, myslím, že si ma presvedčil! Vraciam sa do Katolíckej cirkvi!“ *A práve v tom okamihu slzy zmizli a už sa nikdy neobjavili.*

Mám rada svojich protestantských bratov a sestry. Vidím ich oddanosť a vážnosť vo viere, ktorá často chýba v katolíckych farnostiach. Myslím si, že ako katolíčka sa mám od nich veľa čo učiť. Motivuje ma ich oddanosť Svätému písmu, ich neprestajné štúdium Božieho zjavenia a ich vedomá odovzdanosť životu podľa kresťanskej pravdy.

Prišla som však na to, že Katolícka cirkev obsahuje *plnosť* tejto pravdy. Názny toho som videla, keď som sa po prvý raz začala vracieť k Bohu. Všetko som sa musela opäť naučiť hlbokým štúdiom a rozjímaním a často som sa pristihla, ako sa vypytyjem svojich protestantských priateľov: „Ako môžeš povedať, že si spasený, a stále spávať s priateľkou?“ „Ak som spasená, pretože som sa znovu narodila, prečo sa moji rodičia obťažovali s tým, aby ma pokrstili?“ „Ak sa mám zamerať iba na nebo, aby som sa dostala k Bohu, prečo sa Boh obťažoval s tým, že ma stvoril tu na zemi? Prečo ma

**študovať nestačí,
potrebujeme silu**

nestvoril priamo v nebi?“ Vypytovala som sa ich stále dokola tieto a ďalšie otázky v túžbe pochopiť moju znovunadobudnutú vieru a ich odpoveďou bolo: „Jéj, ani neviem Holly,“ a zatvárali sa nezúčastnene. Ako katolíčka som však napokon našla odpovede na všetky otázky. Mohla som čerpať zo spisov a múdrosti učenia Cirkvi, pápežov a svätcov počas dejín. Čoskoro som zistila, že za celý život nevyčerpám múdrosť katolicizmu.

V našej regule matky sú to sviatosti, ktoré najjasnejšie odrážajú Boží zámer pre nás. Môžem študovať, čo len chcem, ale to neznamená, že to všetko dokážem *urobiť*. Raz som Philipovi povedala: „Vieš, keby som *robila* všetky veci, ktoré som sa dozvedela z kníh, ktoré mám v dome, bola by som svätica.“ Pretože študovať nestačí; potrebujeme silu. Tú silu nachádzame v sviatostiach, najmä v Eucharistii.

Čím je jedlo pre naše telá, tým je eucharistický chlieb pre naše duše. A naše duše sú sídlom pre našu vôľu, podstatné miesto v našich srdciach, kde sa robia rozhodnutia. Ako štúdium osvecuje našu myseľ, tak sviatosti posilňujú našu vôľu. Bez Božej nadprirodzenej moci, ktorou pôsobí v našej vôli, by sme boli príliš slabí, aby sme plnili jeho vôľu. Do neba sa nedostaneme naším vlastným úsilím, bez Božích milostí dokonca ani nedokážeme robiť mravné či čnostné skutky. Ba aj výchova našich detí závisí od milosti. Ak si nevyhradíme čas v našej regule na pravidelné prijímanie Eucharistie, bude nám chýbať sila, aby sme robili to, k čomu sme povolani.

Na druhej strane to nevyhnutne neznamená, že vždy budeme „cítiť“ alebo vedome zakusovať túto silu. Väčšinou to sama nevnímam, ale viem, že účinky milosti často postrehnú iní - v láskavosti, v našich skutkoch lásky, niekedy dokonca v našom výzore. Keď som zanechala turné a zamestnala som sa ako pokladníčka, raz popoludní som prišla do práce rovno z kostola. Jedna z čašníčok prišla ku mne a povedala: „Práve ideš z omše, však?“

„Áno,“ odpovedala som.

„Myslela som si to,“ povedala. „Vždy viem povedať, kedy ideš z kostola. Akoby si to ani nebola ty.“

Temná noc duše

Čoskoro som vycítila, že Boh ma volá, aby som odišla z hudobného biznisu, vrátila sa domov a chodila na vysokú školu. Nechcela som odísť. Mala som rada chlapcov v kapele. Boli pre mňa ako bratia. A okrem toho som chcela byť hviezdou.

Boh si však nájde spôsob, a keďže som ho nechcela odmietnuť, povedala som mu, aby sa o to postaral. „Ak chceš, aby som odišla z kapely, musíš to zariadiť, pretože ja na to nemám silu.“ Do piatich týždňov od prednesenia tejto modlitby dostali nezávisle od seba piati členovia kapely, jeden po druhom, lukratívnejšie ponuky v iných kapelách. Zostala som iba ja a gitarista.

„Dobre, dobre. Vrátim sa domov!“ A urobila som tak. Život ma opäť vohnal do spoločnosti, ktorú som odmietla. Tak veľa rokov som bola preč, žijúc si, ako sa mi zapáčilo. Nepripravilo ma to však na to, aby som žila podľa pravidiel niekoho iného. Musela som bývať s tetou a mamou, pretože som nemala peniaze na byt, a bola som nútená dodržiavať domáce pravidlá. Bola som zvyknutá byť hore celú noc, ale títo ľudia boli hore cez deň! Dostala som prácu ako pokladníčka v miestnej reštaurácii, kde ma môj zamestnávateľ po sťažnostiach od nejakých konzervatívnych zákazníkov informoval, že tie divoké vlasy si musím zviazať do chvosta a krik-lavo ružovú kombinézu musím odložiť a nahradiť ju šatami, ktoré siahajú až po kolená! Pristihla som sa, ako utieram škvrný od kečupu z vysokých stoličiek, čistím stoly, na ktorých niekto nechal neporiadok, a počúvam zákazníkov, ako sa sťažujú na studenú kávu. Možno to bude vyzeráť hlúpo, ale zažila som skutočný kultúrny šok. Spôsobilo to, že moje srdce upadalo.

Chodiť na vysokú školu bolo dobré, ale moje srdce sa nepozviechalo. Moja láska k Ježišovi postupne chladla. Necítila som jeho prítomnosť. Po dvoch rokoch som prežívala pocit, ako keby ma odtrhli, odhodili a ponechali samu na seba. Ako by som bola cudzinec. Zdalo sa mi, že nič z toho,

o čo by som sa mohla oprieť, nie je skutočné. Nastúpila depresia a kresťanstvo sa čoraz viac stávalo zoznamom „to musíš“ – súhrnom predpisov a nariadení.

Môj modlitebný život sa stal suchopárnym a ponurým. Och, ako som nenávidela, keď ma mama vyrušila v učení, aby ma pozvala na večernú modlitbu ruženca. Moja duša sa každú noc zmietala vo vzbure a nemohla som pochopiť, ako môže byť nervózna modlitba na niečo dobrá. Mama mi povedala: „Holly, nezáleží, ako sa pritom *cítiš*. Len to urob. Niekedy je najlepšou modlitbou tá, pri ktorej sa zdá, že z nej nevyťažíš veľa dobrého.“ A tak som si zahryzla do jazyka, odmrmlala modlitby a poprosila Boha, aby mi to *započítal*.

Áno, čas po obrátení bol ťažký. Cítila som sa zle a nevedela som, kde je Ježiš. Prečo odišiel preč?

Bolo to na vysokej škole, keď som sa dozvedela o Jánovi z Kríža a *Temnej noci* duše. Tam som našla vysvetlenie toho, čo sa so mnou práve dialo. „Čo sa stane, keď hodíme drevo do ohňa?“ pýtal sa. „Kôra sa začne zapáľovať, trochu dymí a potom sa kôra rozhorí vo veľkom štýle – veľa praskotu a horúčavy a svetla.“ Tak to bolo aj so mnou. Keď som prvý raz prišla za Pánom, oheň jeho lásky *ma* rozpálil! To je počiatkové obrátenie, keď horíme túžbou po Bohu a je to veľmi očividné pre nás i pre druhých. Neprestaneme rozprávať o Bohu a o tom, čo nám urobil. Toto nazývajú protestanti skúsenosťou „znovuzrodenia“.

Pravdaže, existujú ľudia, ktorí povedia, že nikdy nemali počiatkové obrátenie, a aj tak žijú svoj život blízko pri Ježišovi. Myslím si, že čím väčší hriešnik, tým väčšia je skúsenosť obrátenia. Zo strany Boha si to vyžadovalo veľmi drastický krok, aby ma motivoval k potrebe zmeniť sa. Uvedomila som si, že najprv sa ku mne správal ako vo vatičke vzhľadom na to, čo malo nasledovať. Náprava všetkých neporiadkov a nečistôt mojej duše. Ako márnотratný syn som potrebovala veľkú hostinu, aby som sa ubezpečila o Otcovej láske. Druhý syn, ten trvalo verný, žiarlil na veľkú hostinu, ale nemusel. Pre tých, ktorí boli verní od začiatku, všetko, čo vlastní Otec, je beztak ich!

Nepotrebuju znamenia a zázraky, aby uverili a milovali Boha; a v tom je ich veľká zásluha.

Prečo však zhasol ten počiatkový oheň? Išla som preskúmať drevo v mojom kozube. To, čo povedal sv. Ján z Kríža, bolo pravdivé: keď kôra na dreve takmer zhorí, vtedy sa stane zvláštna vec. Vyzerá to, akoby oheň vyhasol. Drevo už nevyžaruje svetlo. Je čierne a zuhoľnatené, vyteká z neho voda a prská. Oheň je tam, ale *prenikol* dovnútra dreva a zvonku ho nevidno. Takisto po našom počiatkovom obrátení sa zdá, že oheň Božej lásky navonok vyhasol. Premýšľame, či nás Boh miluje, alebo či my ešte milujeme Boha. Vidíme iba naše hriešne návyky, ktoré predstavujú vodu vytekajúcu z dreva. Všetko, čo vidíme, je iba temnota a beznádej, pretože nemôžeme nájsť oheň Boha. Všetko, čo počujeme, je iba prskanie vlastných sťažností. A tak som pochopila, že Boh preniká do hĺbky nášho ducha, aby konal svoju prácu tajne, aby sme do nej nemohli zasahovať. Keď sa mi chvíľami zdalo všetko temné, spomenula som si na slová Corrie ten Boomovej, ktorá prežila holokaust: „Boh je tak blízko, že vidíš iba jeho tieň.“

Tak som si nakoniec uvedomila, že realitu Božej prítomnosti nemožno merať prežívaním príjemných pocitov. V kríze som sa naučila, že láska sa skladá *aj z radosti, aj z bolesti*, že Božiu lásku možno zakusovať aj ako temnotu, ako negatívnu vec, ktorá sa podobá bolestivým opatreniam, ktoré musí lekár urobiť, aby odstránil bujnenie rakoviny. Boh musel zakročiť a vytiahnuť ma zo všetkého, čo mi škodilo - z hriešnych skutkov a túžob.

Toto poznanie mi umožnilo prijať vnútornú bolesť ako niečo, čo má pozitívnu hodnotu. Tiež som vedela od Jána z Kríža, že v budúcnosti príde čas, keď sa začne drevo meniť a rozhárať zvnútra, keď sa postupne premení na červený žeravý uhol, a že príde čas, keď budem opäť *pocitovať* Božiu lásku.

Vzťah s Bohom

Medzitým som sa spýtala samej seba: „Čo mám robiť teraz? Musím tu sedieť opustená, kým budem čakať, že Boh ma očistí? Určite existuje niečo,

čo môžem *robiť!*“ Mój profesor teológie fráter Tom Daley (alebo FTD, ako sme ho s láskou volali) ma poučil o tom, z čoho sa skladá vzťah s Bohom. Zodpovedal moju otázku, čo môžem *robiť*.

„Poviem ti krátky príbeh o Petrovi a Zuzane,“ povedal.

Peter a Zuzana začali spolu chodiť. Petrovi sa Zuzana veľmi páči, ale ona, keďže vie o jeho minulosti, mu povie: „Dám ti iba jednu podmienku: ak chceš byť so mnou, nemôžeš sa vídať so žiadnou inou.“ A tak Peter, hoci neisto, súhlasí. Trochu už Zuzanu pozná a naozaj si o nej myslí, že je úžasná. Z času na čas Peter zbadá nejaké dievčatá, s ktorými by možno rád chodil, a niekedy sa potajme na Zuzanu aj zlostí, pretože sa zdá, akoby ho obmedzovala v štýle jeho života. No keďže ju má rád, odmieta iné ženy, pretože ak by to neurobil, Zuzana by sa s ním rozišla.

Nakoniec však Peter zistí, že sa s ním stala zmena. Objavuje, že už *nechce* chodiť s inými ženami. Do Zuzany sa opravdivo zamiloval a chce si ju vziať za ženu. Vonkajšie pravidlo, ktoré Zuzana zaviedla, sa premenilo na vnútorné pravidlo v Petrovom srdci. Teraz je jej verný, lebo ju miluje.

„A tak si musíme uvedomiť,“ pokračoval FTD, „že *zákon predchádza lásku*. Zákony, ktoré nám ukladá Boh zvonku, nás majú napraviť, aby pomohli našim srdciam vrásť do zákonov lásky, ktoré nás motivujú zvnútra.“

Takže čo som to mala robiť? Musela som *poslúchať*.

Dvojaká poslušnosť

Poslušnosť voči Bohu má však dvojaký charakter. Prvou vecou bolo poslúchať Boha v jeho prikázaniach. Tak, že sa budem vyhýbať hriechu a dodržiavať morálne zásady Cirkvi. Študovala som teda morálku, aby som zjednotila svoje správanie s tým, čo žiada Boh.

Len neskôr, keď príťažlivosť hriechu zoslabla, som objavila nový spôsob poslušnosti: cvičením sa v čnostiach a snahe vedome napodobňovať Ježiša.

láska sa skladá aj z radosti, aj z bolesti

Raz som čítala text, v ktorom sa Boh prirovnával k zamestnávateľovi. Zamestnávateľ zvyčajne nenajíma niekoho na niečo, čo *nerobí*, ale aby vykonal svoje pracovné povinnosti. Tak aj naše kresťanské povolanie nie je v skutočnosti iba o vyhýbaní sa hriechu, ale o uskutočnení pozitívnych krokov k vykonaniu úlohy, ktorú nám Boh zveril. FTD nám tiež povedal o rozdieli medzi „byť oslobodený od“ a „byť slobodný pre“. Povedal, že Boh chce, aby sme boli oslobodení *od* hriechu a potom slobodne pracovali na všetkom tom, čím by sme podľa Božieho plánu mali byť. Moja regula matky spĺňala v tomto zmysle toto druhé hľadisko: bola som poslušná Božej vôli, používajúc moju slobodu, aby som pracovala na svojom povolaní, na mojom poslaní tu na zemi.

„byť oslobodený od“
a „byť slobodný pre“

Vyzbrojená týmto novým, plnším chápaním Božích zákonov a lásky a poznaním, ako nám poslušnosť voči prvému pomáha zažívať to druhé, som sa pustila do vytvárania reguly matky takým spôsobom, aby odrážala toto chápanie. Keď som začala, mala som dve základné požiadavky na regulu: musí byť rozumná a musí byť praktická. Hodiny a hodiny strávené v modlitbe môžu byť pekné, ale nie vtedy, ak sú v rozpore s časom večere!

Musela som si ujasniť, čo podľa mňa mal zahŕňať základný kresťanský život. Bola som presvedčená, že by som sa mala modliť každý deň svojej formálnej modlitby, ako napríklad ranné obetovanie. Myslela som, že aj ruženec je nevyhnutný. Chcela som stráviť čas s Bibliou a tiež čas v tichom rozjímaní a duchovnom čítaní.

Ako zaneprázdnená mama som toto všetko musela zladíť s realitou toho, že okolo mňa pobejú malé deti. Jediný spôsob bolo nájsť si pokojný čas cez deň: v čase, keď deti zaspali, keď odpočívali alebo keď sa hrali vonku.

Keďže som určila svojej rodine dosť aktívny životný štýl, rozhodla som sa, že svojim formálnym modlitbám a čítaniu Písma sa budem venovať skoro

ráno, ešte predtým, než sa deti zobudia. Predpokladala som, že to môže trvať polhodinu a Philip mi pomohol naučiť deti, aby neprišli dolu, kým ich mama nezavolá. Musím dodať, že to istý čas trvalo. Tiež som sa presvedčila, či majú knižky a hračky v izbách, aby sa mohli s nimi zabaviť, ak vstanú priskoro, a k sebe som si vzala bábätko aj s fľaškou.

Počas rána chodili deti často na chvíľu von, tak som naplánovala oficiálnu prestávku a vsunula som do tohto časového priestoru desiatok ruženca alebo zopár žalmov. Po obede som zvyčajne poslala deti hore, aby si zdriemli alebo boli v tichosti, a ten čas som využila na polhodinu modlitieb a duchovného čítania. Formálnu rodinnú modlitbu som určila na večer o 19.30, čiže tesne predtým, ako deti išli spať. Večer som sa mohla pokojne venovať duchovnému čítaniu.

Fascinovala ma však aj predstava urobiť z celého dňa modlitbu. A tak som sa po každom čase, ktorý som si vybrala na modlitbu, snažila vedome ponúknuť ďalšie more času Bohu. To mi pomohlo udržať si sústredenosť na Boha aspoň na malú chvíľu. Toto úmyselné uvedomovanie si Boha bolo pre mňa najdôležitejšou vecou. Preto som spísala svoj rozvrh modlitieb na papier a do tabuliek. Tak som mohla jednoducho dodržiavať to, čo bolo napísané, a oslobodiť si myseľ a srdce, aby sa mohli rozprávať s Bohom po celý deň.

Okrem denných modlitieb boli aj ďalšie veci, ktoré som si chcela zabezpečiť: pravidelná sponď, duchovné vedenie a adorácia. A chcela som si uchovať svoj sobotňajší deň matky – pravidelný deň mimo domu každé dva týždne, aby som si odpočinula v samote s Bohom a v obnove. To som si zriadila s Philipom pred niekoľkými rokmi. Tak som podišla ku kalendáru a zaškrtila si na ďalších pár mesiacov, čo som chcela dosiahnuť v tejto oblasti.

Ako začať

Navrhla by som, aby ste sa na začiatok zamysleli nad základným rozvrhom modlitieb. Pre seba samých to urobte jednoducho a ľahko, aspoň na začiatku. Keď si zvyknete na základnú regulu, neskôr budete mať čas to oko-

reniť a doplniť. Robiť toho priveľa a priskoro vás môže odradiť a navádzať vás, aby ste to vzdali. Vy to však *dokážete*, pretože Boh vám vo sviatosti manželstva prisľúbil všetky potrebné milosti.

Kým začnete tvoriť vlastnú regulu, musíte si zohnať poriadny zápisník, najlepšie taký, v ktorom možno vymieňať papier. V nasledujúcich kapitolách uvediem otázky, ktoré si budete klásť a ktoré vám pomôžu vytvoriť vlastnú regulu matky.

Odporúčam usilovnosť a dôslednosť. Ak si zapíšete všetky odpovede, plány a úvahy, ostanú zaznamenané pre budúcnosť a už nebudete musieť o tých veciach opäť uvažovať. Každý jeden detail vypustíte z hlavy a oslobodíte si od neho myseľ. Tým, že si uchováte každý nápad v jednom zápisníku, nebudete mať poznámky roztrúsené po celom dome. Možno budete chcieť pracovať ceruzkou, a tak si meniť veci, keď nájdete rozpor v rozvrhu.

V mojom zápisníku mám samostatnú stranu na modlitby a študijné projekty na ďalší rok, ďalšiu stranu na život viery mojich detí. Špeciálne venujem jednu stranu ranným prácam a povinnostiam po raňajkách, jednu povinnostiam poobede, jednu večerným úlohám a jednu povinnostiam pred spaním. Vyčlenila som si samostatnú stranu na každú izbu v dome a samostatnú stranu na nasledujúce úlohy: mesačné úlohy, týždenné povinnosti, vianočné a veľkonočné činnosti, sezónne práce, záhrady, opravu šatstva, vianočné darčeky, nápady spojené so záľubami atď. To vám môže dať návod, ako by to mohlo vyzeráť vo vašom zápisníku.

Teraz si vezmite svoj zápisník reguly matky a zostavte si prvú stranu: „Modlitba.“ Prečítajte si ju a odpovedajte na nasledujúce otázky. Nevynechávajte otázku skôr, ako sa rozhodnete, čo idete urobiť a čo si zapíšete. Kľúčom k úspechu je urobiť regulu matky rozumným spôsobom. Nezáleží na tom, či chcete venovať modlitbe veľa, alebo málo času. Dôležité je, aby ste si to premysleli. Položte si otázku:

**dôležité je, aby ste
si to premysleli**

● *O akých druhoch modlitieb si myslím, že sú vhodné pre každého kresťana, aby ich praktizoval denne?*

● *Aké obmedzenia alebo špecifické okolnosti mám ja alebo moja rodina?*

Pouvažujte nad svojou osobnosťou a sklonmi, ako aj nad rodinnou situáciou. Napríklad, ak nie ste ranné vtáča, neplánujte si neprímerané ranné vstávanie a dlhé ranné modlitby.

● *Vyrušujú ma deti, keď sa modlím? Ak áno, ako tomu môžem zabrániť? Môže mi s tým vypomôcť manžel alebo staršie deti?*

● *Kedy sú cez deň obdobia pokoja, keď môžem zariadiť, aby sa deti zamestnali bezpečným a zdravým spôsobom, aby som sa mohla modliť?*

Rozhodnite sa pre niektoré základné časové úseky (na dĺžke nezáleží), ktoré si vyhradíte na modlitbu.

● *Aké modlitebné praktiky si chcem naplánovať a do akých časových úsekov?*

Ktoré časové úseky chcem ponechať voľné na spontánnu modlitbu?

Rozhodnite sa a zapíšte si všetko do zápisníka.

● *Je nejaké miesto, kde sa môžem modliť bez rozptyľovania? Kde? Môžem si nájsť miesto na modlenie s ľahkým prístupom k Biblii, ružencu, katechizmu a iným modlitebným pomôckam? A čo sošky, obrázky a sviečky?*

Rozhodnite sa, napíšte svoje nápady a niekedy dnes alebo zajtra to zostavte.

● *Ako často si myslím, že je rozumné chodiť na spoveď? Kedy to môžem urobiť? Vezmem so sebou deti? Ak nie, kto sa o ne postará? Mohla by sa pravidelná spoveď prekrývať s trvalými záväzkami? Ak áno, ako ich môžem zlaadiť?*

Rozhodnite o týchto veciach, určite si časy na spoveď na ďalšie tri mesiace a zapíšte si ich.

Ako často sa dostanem na svätú omšu? A čo s deťmi?

Mám duchovné vedenie?

Nuž a teraz, keď sme začali s plánovanými modlitbami, všetko nechajte tak a začnite sa modliť!

Teraz môžete prejsť tieto otázky s každým z vašich mladších detí, alebo ich konzultovať so staršími deťmi a pomôcť im tiež vypracovať základné praktiky viery. Použite samostatnú stranu v zápisníku s názvom Modlitebný život detí (alebo ešte lepšie, nechajte, aby si založili vlastný zápisník reguly!) a začleňte do neho modlitbu v rodine. Povzbudte ich, aby s tým začali hneď.

Ďalšie kroky

Keď ste už začlenili základné prvky piatich priorít do svojej reguly, možno by ste sa mali pozrieť na spôsoby, ako ísť do hĺbky, ako ďalej zúšľachťovať a obohacovať spôsob, ako naplniť svoje povolanie.

naplniť svoje povolanie

V oblasti modlitby a spirituality existujú ďalšie možnosti, ktoré môžu vyplývať z určitých okolností: modlitbové skupiny, adorácia, duchovné cvičenia, študijné spolky a osobné štúdium. Po vypracovaní základov, ktoré som spomenula, a vytvorení dobrého, modlitebného plánu, pozrite sa na tieto malé špecifické veci, ktoré by ste mohli do svojho plánu zaradiť. Možno vám to bude trvať rok alebo viac, kým zistíte, či sú pre vás vhodné; závisí to od jedinečnosti osobnosti a okolností. Pamätajte však, Boh vás pozná, aj to, čo zvládnete. Bude si vážiť každý pokus, ktorý urobíte.

Možno si budete chcieť nájsť pravidelný čas na uvažovanie o podstate prvej priority: váš vzťah s Bohom.

Sú vo vašom živote nejaké oblasti, o ktorých treba viac uvažovať? Existujú nejaké hriechne návyky, ktoré potrebujete preskúmať, a bolo by dobré hľadať pomoc, ako ich prekonať? Môžete si vyhradiť stranu v zápisníku či súkromnom denníku, kde vymenujete situácie alebo osobné návyky, s ktorými by ste sa chceli zaoberať.

Tým, že ich budeme vedome sledovať, môžeme sa rozhodnúť pre spôsob, ako sa s nimi vysporiadať.

Potrebujete sa dozvedieť viac o Bohu a viere? Jedným z našich hlavných cieľov na zemi je poznať Boha. Toto možno realizovať študovaním Písma a *katechizmu*, čítaním o životoch svätých a duchovným čítaním. Čo by ste si mali hlbšie preštudovať nastávajúci rok?

Sú vo vašom živote nejaké oblasti, ktoré vás odvádzajú od vášho povolania, najmä od času s Bohom? Angažujete sa v mnohých veciach, ktoré vám ponechávajú málo času na modlitbu? Čo môžete zredukovať a kedy to urobíte?

Myslíte si, že Boh vás volá k hlbšiemu vzťahu s ním? Čo si myslíte, že od vás žiada? Myslíte si, že s ním máte vzťah? Čo vám bráni v prehĺbení tohto vzťahu? Potrebujete hľadať radu u kňaza?

Cieľom prvej priority je priviesť vás bližšie k Bohu. Ak si preňho vedome vyhradíte čas a s pevným odhodlaním v tom budete zotrvať, urobíte obrovský krok smerom k dôvernému vzťahu s ním. Aby ste si viac uvedomovali jeho prítomnosť v svojom živote, vždy, keď si budete pozerieť svoj rozvrh alebo mať voľnú chvíľku, pozdvihnite si srdce v krátkej modlitbe k nemu a poproste ho o požehnanie alebo o pomoc na ďalšiu hodinu. To naplní nadprirodzenom celý váš deň, a keď sa to stane vašim zvykom, posväťí to celý váš život. A nielen to, Boh *príde*.

Štvrtá kapitola

Druhá priorita: vlastná osoba



Boh dal každému z nás veľký dar: dar nás samých. Možno nie sme zvyknutí uvažovať o sebe takýmto spôsobom, je to však pravda; naša jedinečná osoba je špeciálnym darom pre nás od Boha. Chce, aby sme boli svätí, šťastní a zdraví a aby sme takí boli, potrebujeme *spoznať* samých seba – naše dobré stránky a naše zlé stránky, naše talenty a klady, naše slabosti a nedostatky. Až keď skutočne spoznáme samých seba, ak sa uvidíme Božími očami, budeme sa môcť stať takými, akými nás plánuje mať Boh. Žiť v zhode s Božím zámerom je najpravdivejšia cesta k osobnému zdraviu.

**spoznať
samých seba**

Narušenosť vlastnej osoby

Mesiace po mojom obrátení som veľmi nepocítovala, že som darom pre seba samu. Spomínam si na jednu noc, keď som ležala na posteli, oči tupo upreté do stropu. Mama vošla do izby a sadla si ku mne na posteľ. Chytila mi ruku, trochu mi ju pohladila a spýtala sa ma, čo sa deje.

„Cítim sa celý čas strašne, mami. Nevieť si s tým poradiť.“ Asi polhodinu sme sa rozprávali. Zverila som sa jej s tým, čo prežívam.

Mala som vo všetkom zmätok a vedela som to. Bola som strašne, zúfalo nešťastná. Celý čas som sa cítila zle a moja myseľ bola stále zamračená a zmätená. Volala som to depresiou, ale bolo to oveľa horšie – niečo neopísateľné. Chcela som utiecť a zmiznúť, ale nevedela som od čoho. „Keby som sa tak mohla ukryť do jaskyne a zostať tam niekoľko týždňov, bolo by to skvelé,“ pomyslela som si.

Navonok a podľa mienky všetkých pozorovateľov na univerzite sa mi darilo. Bavili ma prednášky a celkom ma bavili debaty pri okrúhlom stole v jedálni. Dostávala som dobré známky. Dokonca som pôsobila šťastným dojmom. Druhým som sa zdala navonok taká šťastná, že keď som jednému z najlepších priateľov povedala, že mám depresie, neveril mi!

Nechcela som sa cítiť zle, tak som sa na to snažila zabudnúť. Možno keby som o veciach nepremýšľala, všetky problémy by zmizli. Bolo ľahké pretvarovať sa, že všetko je v poriadku, ak som sa natoľko zamestnávala, že som už nemala čas myslieť na to, čo sa v mojom vnútri deje. Pokiaľ som musela napísať zaujímavú esej alebo sa zúčastniť na spoločenskom podujatí, aby mi prešiel čas, bola som na tom dobre. Každú noc som sa však musela vrátiť do ticha svojej spálne a všetka beznádej a depresie sa opäť prihlásili.

Ak nechápeme, čo sa deje v našom vnútri, je prirodzené hľadať úľavu od problémov v rozptýleniach. Rozptýlenie je však únik. Tak ako fyzická bolesť ani vnútorná bolesť sa nezmierni tým, že sa ju snažíme ukryť, alebo si ju nevšimáť. Moja vnútorná bolesť bola prejavom neporiadku vnútri a ja som sa mala zaoberať týmto neporiadkom, a nie iba jeho príznakmi. Čo sa dialo v mojom vnútri? Ako som sa mohla zmeniť? Ako som mohla byť svätá, šťastná a zdravá?

Čo je človek?

Začala som hľadať odpovede na tieto otázky a objavila som zaujímavé a dôležité skutočnosti o Božom zámere pre mňa ako človeka. Dozvedela

som sa, že ľudské bytosti sú jedinečným mostom medzi duchovnými a materiálnymi stvoreniami – druh zloženej bytosti, vytvorenej z tela a duše, ktoré sú prepojené a neoddeliteľné.

Kým mnohé veci máme spoločné so zvieratami, ako napríklad fyzické telo, inštinkty a zmysly, podieľame sa aj na anjelskom živote; máme dušu, ktorá je duchovnou skutočnosťou. Týmto sme stvorení na obraz Boha, ktorý je duch.

Naše duše majú schopnosť rozumu a vôle; majú schopnosť vedieť a myslieť a umožňujú aj schopnosť voľby. A v samom strede našich duší je tajomné miesto, ktoré sa volá „srdce“. Je sídlom našich emócií a najpravdivejšou časťou našej osobnosti. Keďže je veľmi úzko spojené s vôľou, je podstatou našej bytosti a tiež miestom, kde sa bytostne rozhodujeme žiť život pre Boha alebo pre seba (*KKC*, 368). *Naše srdce je tam, kde prebýva Boh. Naše srdce je tam, kde milujeme.*

Boží plán pre nás

Pôvodný plán Boha pre nás sa odzrkadlil v dare neporušenosti, ktorý bol daný Adamovi a Eve pri stvorení. Neporušenosť znamenala, že všetky rôzne časti ich osôb fungovali v súlade a rovnováhe. Adam a Eva boli zjednotení s Bohom vo svojich srdciach;⁴ ich rozum informoval ich vôľu o tom, čo bolo objektívne dobré, a ich vôľa, priťahovaná dobrom a posilňovaná milosťou, si to slobodne aj zvolila. Keďže tieto vyššie schopnosti fungovali prirodzene, boli aj ich pocity povzbudzujúcim darom od Boha, mocnou a pozitívnou silou, ktorá im pomáhala pri uskutočňovaní rozhodnutí.

zjednotení s Bohom

⁴ Rev. Adolphe Tanquerey, SS, DD. *The Spiritual Life: A Treatise on Ascetical and Mystical Theology*, trans. Rev. Herman Branderis, SS, DD, Tournai, Belgium: Society of St. John the Evangelist, Desclée and Co. Publishers, c. 1930

Adam by nikdy nezaspal, keby mal nejakú prácu, a Eva by sa nikdy nevyhýbala domácim prácam, pretože by sa jej práve nechcelo. Všetko, čo robili, bolo rozumné; vždy sa vôľou rozhodli pre dobro a ich srdcia vždy chceli konať dobro. A preto žili naplno v milosti, hlboko v srdciach zažívali trvale Božiu prítomnosť a mali pokoj. Boli šťastní. Toto je Boží plán aj pre nás ako jednotlivcov.

Hriech rozhadzuje naše vnútro

Adam a Eva vyzdvihli samých seba na prvé miesto vo svojich srdciach, a tak dovolili, aby boli ich vlastné túžby uprednostnené pred zákonom Boha. Tie následne porušili správnu vládu rozumu a vôle nad žiadostami, a tak začal vnútorný konflikt medzi rôznymi časťami ľudskej bytosti. Tento ich skutok mal na nás priamy dosah; aj my zažívame vnútornú rozpoltenosť a narušenie vnútorného poriadku a osobnej jednoty, ktorú Boh pre nás naplánoval. Nazývame to „telesná žiadostivosť“ (*KKC*, 2515).

Cítíme to zakaždým, keď našimi pocitmi zmieta strach a odpor ako reakcia na niečo, o čom vieme, že je dobré, ako napríklad upratovanie podkrovia! Prežívame to zakaždým, keď chceme pojesť príliš veľa sladkostí alebo pridlho spať, alebo keď sa chceme zapojiť do hriešnych činností. Namiesto toho, aby sme podriadili naše pudy a túžby voľbe objektívneho dobra, naše narušené a oslabené vôle nasledujú hriešne vášne. Máme sklon vyberať si niečo, čo nám *urobí dobre*, čo však zároveň môže byť pre nás v skutočnosti veľmi škodlivé. Naša schopnosť uvažovať je tiež narušená, a tak aj pravda sa stáva ťažšie dosiahnuteľnou, ako to Boh pôvodne plánoval. Toto ponecháva našu vôľu v nevedomosti a oslabuje našu schopnosť rozhodovať sa. Naše srdcia, keďže nie sú zajedno s Božou vôľou, hľadajú sebecké naplnenie. A naše pocity sa stávajú mocnou zbraňou, ktorá môže teraz pôsobiť proti nášmu rozumu.

Odolávanie hriechom vplýva na našu osobnosť

Začala som si uvedomovať, že som pre dedičný hriech nielenže zdedila túto vnútornú narušenosť, ale ešte som ju aj prehlbovala vlastnými hrieš-

nymi skutkami. Zakaždým, keď som sa rozhodla hrešiť, prehlbovala som proces rozpadu. Odmietaním Božej milosti v mojom srdci som umožňovala to, aby vládu nad mojou dušou prevzali vášne. Oslabovala som vlastnú vôľu a zatemňovala som svoje zmýšľanie.

V tejto druhej prioritě je dôležité si uvedomiť, že to platí pre nás všetkých. *Naše duševné zdravie priamo ovplyvňuje naše osobné zdravie.* Ak chceme dosiahnuť osobnú vyrovnanosť, musíme pri opätovnom vytváraní poriadku rozpoznať dôležitosť nášho vzťahu s Bohom. Časť z toho, prečo trpíme v súvislosti so zmätkom našich osobností, je prirodzeným následkom našich skutkov. Existuje však liek.

Po prvé, vyžaduje si to vážny záväzok dodržiavať morálne zásady, ktoré nám Boh zjavil. On nám ich dal pre naše vlastné dobro - nie iba večné dobro, ale aj pre naše zdravie a šťastie tu na zemi.

Po druhé, pravidelne musíme využívať spoveď, pretože dostávame milosť, ktorá zahojí trhliny spôsobené hriechom. Aj modlitba napomáha osobnú celistosť.

A po tretie, musíme študovať našu vieru, pretože náš rozum nedokáže informovať našu vôľu o „dobre“, ktoré vôbec nepozná. Takéto štúdium, ktoré pomáha našej vôli robiť dobré rozhodnutia, sa volá „*utváranie svedomia*“.

Psychické a emocionálne zdravie

Tak som sa snažila zlepšiť svoj morálny život, študovala som Božie zásady, na ktorých sa má budovať život, a častejšie som chodila na spoveď. Môj emocionálny zmätok však neustával a začala som si uvedomovať, že existuje ešte niečo viac ako iba duchovná stránka, ktorá sa týka osobného zdravia.

Moja depresia bola znakom toho, že v mojom vnútri sa dialo niečo, na čo musím prísť.

duševné zdravie

Kde začať? Najprv som si prečítala niekoľko dobrých kníh o depresii. Keďže som zistila, že potrebujem odbornú radu, navštívila som aj psychológa, aj psychiatra.

Postupne som začala rozoberať svoj život. Snažila som sa odosobniť od situácie, ktorú som prežívala, a prísť na to, prečo reagujem tak, ako reagujem. Spýtala som sa: Prečo sa takto cítim? Prečo ma to otravuje? Kedy som sa s tým už v živote stretla? Nad čím ma to núti uvažovať? To je časť procesu spoznávania samého seba.

Vedela som, že naše telo je zložito spojené s naším duchom a že na to, čím prechádzam, existujú fyziologické dôvody. Tak som sa rozprávala s mnohými lekármi, ktorí skúmali môj zdravotný stav, lebo ten mohol spôsobovať moje ťažkosti. Až po mnohých rokoch som našla príčinu vo výžive, ktorá určitým spôsobom ovplyvňovala moje nálady. Zároveň ako matka, ktorá býva hore neskoro do noci pri plačúcom bábätku, som jasne potrebovala dostatok spánku a odpočinku! Aj cvičenie pozitívne vplýva na našu náladu, čo tiež odporúčajú lekári. Takže starostlivosť o naše fyzické zdravie ovplyvňuje aj naše psychické a emocionálne zdravie.

Hľadala som riešenie problémov v minulých vzťahoch. V mojom živote boli ľudia, ktorí ma zranili, sklamali, alebo o ktorých som si myslela, že ma odmietli. Snažila som sa nájsť vysvetlenie pre ich správanie namiesto toho, aby som im pripisovala tie najhoršie motívy. Prediskutovala som určité situácie s viacerými ľuďmi, aby som zistila ich názor. Najdôležitejšie však je, že som sa naučila odpustiť im všetky krivdy, ktorých sa voči mne dopustili.

Druhá priorita nás teda vyzýva urobiť inventúru toho, čo sa v nás deje, a nájsť riešenia na naše osobné problémy. Existuje množstvo dôvodov, prečo máme emocionálne a psychické ťažkosti; všetci máme vlastné jedinečné problémy podľa charakteru, fyziológie a životných dejín. Existuje veľa spôsobov, ako sa môžeme a musíme zaoberať touto prioritou v našich ži-

spoveď

votoch; štúdiom, poradenstvom a sebaanalýzou, výživou, cvičením a odpočinkom, ba aj liekmi, ak treba. *Musíme robiť, čo sa dá*, a vnímať všetky tie rôznorodé oblasti, pretože *naše psychické a emocionálne zdravie je nevyhnutné* na naplnenie nášho povolania. Nemôžeme dať druhým to, čo sami nemáme. Nemôžeme naplno slúžiť našej rodine, keď sa náš zrak zameriava na vnútornú bolesť.

Boh chce urobiť svoju prácu

Aj keď som veľmi tvrdo pracovala na obnovení svojho emocionálneho a duševného zdravia, prešli roky a ja som *stále* mala ťažkosti. Niekedy ma nečakane prepadla prílišná ťažoba v živote, takmer až temnota, ktorá ma úplne paralyzovala. Boli dni, keď som vstala a sedela som pri kuchynskom stole, neschopná vstať a robiť si svoje povinnosti. Cítila som sa len zdrvená vnútorným bojom. Nikdy som nevedela povedať, či mi bude dobre, alebo zle, a celá tá dráma ma ťažila.

A tak som sa zverila Panne Márii a poprosila ju, aby mi poslala niekoho do cesty, kto by mi s tým pomohol. Celé som to odovzdávala Bohu, ako som najlepšie vedela. A potom jedného dňa ma Boh vyslyšal. Skončila som v spovednici.

„Otče, minulý týždeň, na Veľký piatok,“ šeptala som kňazovi spoza mrežky, „som sa venovala duchovnému čítaniu, keď som sa pristihla, že sa tomu vysmievam. Vysmievam sa! Teraz mám pevnú vieru a neviem, odkiaľ sa to berie.“

„Čo iné sa ešte deje v tvojom živote?“ spýtal sa.

„Môj život je chaos!“ priznala som sa. „Neviem, čím trpím; možno by sa to mohlo nazvať depresiou, zároveň to však nie je depresia. Všetko, čo vám viem povedať, je, že sa cítim mizerne a život sa mi zdá mimoriadne *ťažký*.“

„Konzultovala si to s niekým?“ spýtal sa. Pohla som sa spoza mreže na stoličku pred ním.

„Urobila som všetko, čo som len vedela. Navštívila som psychologičku, ale vyrozprávala som všetko tak podrobne, až sa rozplakala a siahla po vrec-

kovkách. Zašla som za psychiatrami, lekármi, ba dokonca aj za gynekológmi pre podozrenie na predmenštruačný syndróm (PMS). Zriekla som sa sladkostí, kávy a fajčenia, ale keďže sa nič nezmenilo, ku všetkému som sa zas vrátila. Bola som aj za kňazmi – jeden trpel rovnako ako ja, no nevedel mi ponúknuť riešenie. Druhý ma pokojne odprevadil ku dverám so slovami, že východne od Ottawy neexistuje nikto, kto by mi dokázal pomôcť! Rozoberala som svoj život zo všetkých síl, modlila som sa novému za novému a študovala som všetko, čo sa mi dostalo do rúk, a predsa tie zlé pocity úplne nezmizli. Či som to teda s niekým konzultovala? Či som niečo urobila? Pravdaže, áno.“

Kňaz hodnú chvíľu mlčal. „Nuž...“ v tichosti uvažoval. Napokon povedal: „Boh nechce, aby ste takto žili.“

„Čože?“ vyhrkla som zarazená. Povedala som mu, že už roky som to obetovala ako kríž.

„To nie je kríž,“ namietal. „Boh vás chce uzdraviť a ja budem pri vás stáť, kým to neurobí!“ Po týchto slovách vstal zo stoličky a položil na mňa ruky a modlil sa v tichosti, hľadajúc východisko.

Cítila som, ako mi teplo zalialo celé telo. Nič som si nepamätala, čo potom hovoril, okrem toho, že som ho požiadala o stretnutie. Zo spovednice som odchádzala s nádejou, že po prvý raz za tie roky sa niečo urobilo so všetkými tými náladami a osobnými bojmi, ktorými som prechádzala. Najviac ma však zasiahlo jeho odhodlanie, že bude pri mne stáť, kým nebudem na tom lepšie. Nikto predtým mi také niečo nepovedal, a to ma veľmi dojalo.

Uzdravujúca sila Boha

Opäť som išla navštíviť toho kňaza. Ako som cestovala na stretnutie, začalo mi byť zle, ale nič ma nedokázalo odradiť od riešenia mojich problémov! Len čo som vstúpila do jeho kancelárie, nevoľnosť úplne zmizla. Ho-

**uzdravujúca
síla Boha**

vorili sme o mojej minulosti a výchove. Kňaz povedal, že ma prevedie cez uzdravujúcu modlitbu, uzdravovaním spomienok. Išiel sa za mňa modliť vkladáním rúk.

„Dobre,“ súhlasila som a on začal.

Previedol ma cez všetky dôležité obdobia môjho života a všetkých dôležitých ľudí, ktorých som poznala, a pomodlil sa za nich. Opäť som pocítila prúdenie tepla po celom tele. Začala som si uvedomovať, že to nebol nejaký hormonálny nával horúčosti, ale prítomnosť Ducha Svätého.

Po ceste domov sa mi stala čudná vec. Začala som vidieť udalosti z môjho života zobrazené v mojej mysli, ako keby ich dávali v televízii. A začali sa tak rýchlo striedať scéna za scénou, že by z toho mohol byť film bleskových záberov zachytávajúci všetko, čo sa mi v živote prihodilo. Tak silne som pocítila Božiu prítomnosť. Domov som prišla ohromená.

Celú noc až do ďalšieho dňa som pociťovala obrovský pocit úľavy. Ako keď na tlakovom hrnci uvoľníte vrchnák a pozvoľna vypustíte paru, ja som vzdychala a vzdychala a vzdychala - znovu a znovu. Cítila som, ako sa z mojej hrude zodvihla farcha a nahradila ju vnútorná „lahkosť“, akú som nikdy predtým nezažila. V jednej chvíli som stála v kuchyni a volala na Filipa: „Nemôžem prestať vzdychať!“ A uvedomila som si, že Boh mi urobil niečo veľmi zvláštne - volám to „duchovný zákrok“. Keď som urobila všetko, čo bolo v mojich silách, a postavila som sa proti tehlovému múru, vtedy prišiel nebeský Lekár a uzdravil ma zo všetkých zranení, spomienok, dokonca aj z vecí, ktoré vedome dovtedy nevnímala. Udivilo ma, že Boh bol so mnou vo všetkých tých udalostiach a vzťahoch. Miloval ma cez každý jeden, aj keď sa zdalo, že ostatní ma nemilujú. Utešilo ma, že Boh ma miluje, že chápe moju bolesť a *chce* mi pomôcť.

Boh chce, aby sme si pomohli sami, aby sme urobili, čo môžeme, vlastným úsilím, a tak dosiahli osobnú celistvosť. Chce, aby sme využili všetky normálne prostriedky na prijatie milostí, ktoré nám dáva skrze modlitbu, sviatosti a štúdium. Chce nám pomôcť aj nepriamymi prostriedkami - prácou profesionálov a radami rodiny či priateľov. Verím však, že chce priamo

zasiahnuť, ak tieto druhé metódy neprinesú celkovú úľavu. Boh je známy tým, že robí zázraky tam, kde nie je už nádej. A nemyslím si, že je trúfalé prosiť ho o to.

Naučíme sa rozoznávať znamenia potrebného Božieho uzdravenia. Sama som zistila, že ak mi niektoré spomienky na udalosti pred dvadsať rokmi stále spôsobujú žalúdočné problémy alebo mi nahrnú slzy do očí, je to znakom, že potrebujem Boží mimoriadny zásah. Aj bolesti, ktoré nemiznú, a nezáleží na tom, ako veľmi to chcem, alebo ako ich rozoberám, či chápem, alebo hľadám pomoc u odborníkov, sú tiež znamením. Pretože to skutočne neboli iba jazvy. Spomienky na zážitky, ktoré sú sprevádzané emóciami, sú v skutočnosti otvorené rany.

Tento druh bolesti sa líši od očisťovania duše Bohom, od temnej noci, ktorá tiež spôsobuje „zlé“ pocity. To je však niečo iné. Takéto kroky očisťovania nie sú nevyhnutne spojené so špeciálnou udalosťou alebo spomienkou. Často sú popretkávané zážitkami Božej útechy a okamihmi pokoja. Človek často v sebe postrehne zmenu a tento pokrok sa deje, keď sa spájame

bolesť, ktorá potrebuje uzdravenie

s Božou vôľou. Bolesť *očisťovania* prináša so sebou milosť, aby sme ju prijali a odovzdali sa v dôvere Otcovi, obetujúc sa s Ježišom. Bolesť, ktorá potrebuje uzdravenie, prináša zúfalstvo a zastrašovanie.

Duchovný zápas a oslobodenie

O dva týždne som bola opäť v kňazovej kancelárii. „Niečo sa deje,“ povedal. „Urobili ste všetko, čo sa dalo, od doktorov po psychologov, spovede, uzdravovania spomienok, sviatosti pomazania chorých... myslím, že potrebujete oslobodenie.“

„Oslobodenie?“ spýtala som sa zmätene.

„Oslobodenie od obťažovania zlými duchmi. Niekde vo svojom živote ste otvorili dvere a diabol vošiel dnu.“

Mohlo to tak byť? Bola to pravda: dávno, keď som mala deväť, začal ma fascinovať okultizmus. Čítala som všakovaké knižky s okultnou tematikou: poltergeist, astrológia, duchovia a duchovné svety, čítanie z ruky, voodoo. Používala som aj quija tabuľku a ako dieťa som sa hrala na vyvolávanie duchov s kamarátmi. To viedlo do hlbokkej zaangažovanosti s okultizmom, ktorá sa skončila až po mimoriadne strašidelnom zážitku s démonickým svetom, keď som mala sedemnásť. Bolo to také strašné a hrozivé, že som vyhodila všetko, čo malo niečo do činenia s okultizmom. Už som nikdy nepozerala, nečítala ani nedovolila, aby sa v mojej blízkosti robilo niečo okultné. Mylne som sa domnievala, že tým sa to všetko skončilo.

A tak ma tento kňaz poslal za iným kňazom, ktorý sa týmito vecami zaoberal.

„Viete, existuje množstvo vecí, ktoré nám diabol môže urobiť,“ povedal mi. „Najprv, na jednej strane spektra, nás môže pokúšať; to môže robiť každému. Deje sa to bez nášho dovolenia. Na druhej, najvzdialenejšej strane spektra môže niekoho posadnúť. To sa zvyčajne stáva, keď má na to pozvanie.“

A uprostred je niečo, čo sa volá „útoky“. Ľudia sa otvoria útokom zvyčajne tromi spôsobmi: promiskuitou, užívaním drog, alebo pohrávaním sa s okultizmom. „Emocionálny zmätok je jasným znakom útoku,“ pokračoval. „Útočením sa vozí diabol na твоjich emóciách ako divoký žrebec. Jednu minútu lietaš v oblakoch, a ďalších päť hodín si na dne pekla. Na druhý deň je všetko nádherné, a ďalšie týždne sa nemôžeš vymaniť z pochmúrnej nálady. Diabol sa zvyčajne skrýva za iné stavy, aby unikol našej pozornosti. Dobrým príkladom na to je PMS; depresia je ďalším. Normálne prostriedky, ktoré sa týmito vecami zaoberajú, však nefungujú.“

Dohodli sme si stretnutie na modlitbu oslobodenia v ten večer. Kňaz začal etapu rozlišovania a rehoľnícka, s ktorou spolupracoval, môj manžel, priateľ a prvý kňaz sa modlili. Vyzvali ma, aby som „zviazala, napomenula a vyhnala“ menovite každého zlého ducha, ktorý ma vyrušoval, jedného po druhom. Ich mená odpovedali tým zlým skutkom, ktoré zlí duchovia robili.

Dôležité bolo, aby som to urobila *ja*, aby som sa ich slovami zriekla, pretože ja som pozvala nevítanú činnosť diabla svojím vlastným správaním.

Myslím si, že v tejto oblasti neexistuje úplné oslobodenie sa bez zásahu svätého kňaza. Dôležitosť kňaza nemožno podceňiť; niektoré milosti získate jednoducho iba skrze neho. To je rozhodnutie Boha a my to musíme prijať.

Nutnosť duchovného vedenia

Tieto skúsenosti poukazujú na potrebu zaviesť do našej reguly pravidelný čas na stretnutie s duchovným vodcom. Často nedokážeme rozlišovať, čo sa v našom vnútri deje bez pomoci zvonka, bez pohľadu založeného na viere. Naša narušená ľudská prirodzenosť, hriech, psychické a emocionálne rany, bolestné spomienky, útoky zlých duchov, ba aj očisťovanie Bohom môže spôsobiť zmätok. Potrebujeme sprievodcu, aby nám pomohol rozlišovať a určiť cestu, ktorej by sme sa mali držať.

Jednou z podmienok úspechu takého poradenstva však je, že sa zaväzujeme úplnou čestnosťou voči spovedníkovi a duchovnému vodcovi. Kňaz zvyčajne nevie čítať myšlienky; musíte mu predložiť celý obraz. Ukrývať veci alebo vynechávať aj zdanlivo nedôležité detaily môže zablokovať plné pôsobenie milosti. Čo nám môže pripadať ako nepodstatné, môže byť kľúčom k celej veci.

Duchovná a osobná sloboda si vyžaduje, aby sme robili to, čo máme robiť, celým srdcom. To, čo mi hovorí duchovný vodca, nie je voľba, ale skutočné Božie riadenie, keďže môj vodca zastupuje Boha. Musíme sa naučiť poslúchať.

Hľadať kresťanskú slobodu

Po modlitbách za uzdravenie a oslobodenie sa moja emocionálna ťažoba značne zmiernila. Cítila som sa, akoby som chytila druhý dych, a všetko išlo ľahšie. A predsa, aj po toľkých nápravách, ktoré som v živote urobila, aby som dosiahla osobnú vyrovnanosť, a aj napriek tým mimoriadnym Božím zásahom, ktoré som zažila, stále mi zostal jeden problém.

Tým problémom bolo jedno odporné malé motto, ktoré ma sprevádzalo celý život: „Ale ja *nechcem!*“ Zo všetkých ťažkostí, s ktorými som sa stretla na mojom hľadaní osobnej celistvosti, bol mojím najväčším nepriateľom môj vnútorný duch vzbury. Zdráhala som sa pustiť vlastnú vôľu a vzdorovala som tomu, čo som mala robiť. Namiesto toho som si robila, čo som *chcela*, a to mi bránilo dostať sa bližšie k Bohu a k šťastiu.

Čo som mala robiť? Spomenula som si na niečo, čo nám povedal o slobode fráter Tom Daley, môj profesor na univerzite: „Sloboda je prevziať zodpovednosť za to, kým sa stanete.“ Táto predstava mi nebola blízka. Predstava našej spoločnosti o slobode a tá, ktorú som mala ja, fungovali spolu tak dlho. Znamenali „právo“ robiť si, čo chcem, bez vonkajších obmedzení. Musela som si však položiť otázku: „Je to, čo robím, aj keď ma to zraňuje, naozaj sloboda? A keď považujem za ťažké robiť, čo je pre mňa najlepšie, môžem úprimne povedať, že som slobodná?“

**sloboda je prevziať
zodpovednosť za to,
kým sa stanete**

Opravdivá sloboda, kresťanská sloboda teda je, keď *ochotne podnikneme kroky potrebné na obnovenie vnútorného poriadku, ktorý Boh naplánoval*. Iba potom môžeme zakúsiť Boha, ktorý prebýva v našom strede.

Táto sloboda nie je vrodená, ale nadobudnutá; nie je výsledkom povahy, ale výchovy; niečo, čo musíme získavať opäť a opäť; ... boj so žiadostami, sklonmi a pudmi a vášňami, ktoré ohrozujú jednotlivosť, aby ho zotročili... To znamená vnútornú podriadenosť hlasu Ducha, oddanosť povinnostiam, vernosť svojim slovám, neochvejné dodržiavanie zásad, vernosť svedomiu a dôvera voči Bohu... To sú záruky pravej slobody. Slúžiť Bohu znamená ovládať sa.⁵

Všetci sme teda povolani ku kresťanskej slobode – prevziať zodpovednosť za osobu, ktorou sa podľa Božej vôle máme stať. Preto musí prísť čas,

keď začneme vedome konať v zhode s tým, o čom vieme, že je dobré. To znamená zapájať vôľu. Došla som do bodu, keď som si uvedomila, že musím prestať toľko čítať a treba začať *konať*.

Aby som v mojom srdci vyrovnala chodník pre Boha, musela som sa začať cvičiť v tom, čo je správne. Časom tento zvyk konať dobro posilňuje vôľu a pomáha krotiť našu žiadostivosť.

A sem vstúpilo moje strašné malé motto! Občas sa mi to zdalo strašné, keď som sa riadila svedomím a robila som, čo Boh odo mňa chcel, alebo to, o čom som bola presvedčená, že je najlepšie pre mňa alebo druhých. Život sa môže zdať suchopárny a depresívny, keď nemôžete robiť veci po svojom!

A predsa to bolo najmä na mne, aby som žila svoj život tak, ako by som mala. Toľko ráz som sa chcela vyhnúť zodpovednosti, pretože niekto iný nekonal tak, ako by som chcela. Ak Boh ku mne nehovoril, chcela som vynechať modlitbu. Ak mal môj manžel mrzutú náladu, nemala som chuť byť k nemu úctivá. Ak deti robili hluk alebo trucovali, sama som povolila uzdu netrepezlivosti.

No ak som zodpovedná za to, kým sa mám stať, potom nezáleží na tom, či niekto iný kdekoľvek na svete robí to, čo si myslím, že by mal robiť; ja sa zodpovedám Bohu za to, čo *robím ja*. To je kresťanská sloboda.

Je to aj základný kresťanský zápas. Je to povolanie napodobňovať Ježiša. To nikdy nie je ľahké! Spomínam si na niečo, čo povedal pápež Ján Pavol II. na Svetových dňoch mládeže v roku 2002:

„Ludia sú stvorení pre šťastie. Potom je správne, ak túžime po šťastí. Kristus má odpoveď na túto vašu túžbu. On vás však prosí, aby ste mu dôverovali. Opravdivá radosť je víťazstvo. Niečo, čo nemožno získať bez dlhého a ťažkého boja. Kristus má tajomstvo tohto víťazstva.“

Čo sa týka našej reguly, musíme sa teda všetci zaviazovať robiť to, čo by sme mali robiť, a modliť sa k Bohu, aby pretvoril najskrytejšie hlbiny našich srdiec, ak treba. A Boh *bude* v nás pôsobiť, aby nás zmenil, hoci niekedy to môže bolieť. Po každom ukrižovaní však nastane zmŕtvychvstanie. Poriadok je vytvorený. Pokoj a útecha naozaj prídu.

⁵ Rev. Franz de Hovre, Ph.D., *Catholicism in Education*, trans. Rev. Edward B. Jordan, MA, St.D., New York: Benzinger Brothers, 1934

Opäť sa dopracovať k neporušenosti

Vydýchla som si, keď som zistila, že táto cesta k osobnej neporušenosti je vlastne *proces*, čo znamená, že nemusím byť hneď dokonalá. Už ma nič nenútilo, aby som bola tým, kým nie som. Pokorne som mohla priznať svoju nedokonalosť ako osoba, pretože ak ma Boh do toho nenaháňal, aj ja som mohla mať trpezlivosť so svojím rastom.

Najdôležitejšie však bolo, že som objavila ďalšiu výhodu osobného zdravia. Keďže Boh prebýva v srdci, nemusela som hľadať nejakú bytosť hore medzi oblakmi; moja cesta k Bohu nebola vonkajšia, ale vnútorná! Jediný spôsob, ako sa priblížiť k Bohu, bolo usporiadať si vnútro tak, aby som ho mohla v sebe zakúsiť. Keď sa nám vymknú emócie a máme zmätenú myseľ, keď je vôľa slabá a nerozhodná a naša predstavivosť pracuje nadčas, máme v sebe taký veľký hluk, že nedokážeme počuť tichý hlas Boha prítomného v jadre našej bytosti, v našom srdci. Neporiadok vo mne spôsobil, že som bola voči nemu hluchá.

Objavila som, že mám jedinečné osobné potreby, ktoré boli rovnako dôležité ako ktorákoľvek povinnosť, o ktorej som hovorila. Okrem všetkých záležitostí môjho duševného a emocionálneho zdravia, okrem potrieb tela na dostatočný spánok, cvičenie a správnu výživu, som si potrebovala vo svojom živote nájsť viac tichého času.

Ako matka som sa celé roky tak veľa ráz cítila unavená, preťažená a zničená. Tak často som cítila, že nemám ani priestor, aby som uvažovala, čo robiť s tým ustavičným

„Mami! Mami!“, ktoré vychádzalo od detí, alebo čo s prácou, ktorú som nedokončila a ktorá mi bila do očí. Potrebovala som čas osamote a v tichosti.

Povedala som o svojich starostiach duchovnému vodcovi a on nadšene súhlasil. Povedal, že stály pobyt doma mi neumožňuje zmenu, a preto to

osobné potreby

bolo nevyvážené. Dobre chápal, ako mi to pomôže, keď budem pravidelne tráviť deň mimo domu. Povzbudil ma, aby som si o tom pohovorila s manželom. Tak som si rozmyslela svoju stratégiu a predložila ju Philipovi. Povedala som mu, že potrebujem viac priestoru, viac času pre seba v tichosti a rozjímaní a že to potrebujem robiť pravidelne. Povedala som mu o známej, ktorú poznám a ktorá je tiež doma a chodí von každú sobotu, zatiaľ čo jej manžel dáva pozor na deti. Povedala som Philipovi, že hoci by som rada išla von každý víkend, nemyslím si, že by sa to v našej rodine dalo uskutočniť. Napokon, on i deti mali tiež svoje potreby. Rozhodla som sa, že bude pre mňa rozumné, ak pôjdem von každú *druhú* sobotu na celý deň. Uistila som ho, že môj duchovný vodca ma v tom podporil a že som naozaj hovorila o osobnej *potrebe*, nie iba o chcení alebo túžbe utiecť.

Jeho reakcia ma trochu zaskočila. „No neviem o nijakej inej žene, ktorá má deň voľna každé dva týždne!“ Jeho zaľatosť nebola pre neho typická. Nasledoval môj krátky argument, pretože som cítila, že musím trvať na tom, o čom som presvedčená, že to Boh odo mňa chce. Trochu som sa rozčúlila, ale nakoniec Philip súhlasil, že to vyskúšame, a ja som sa ospravedlnila za to, že som vybuchla.

Vedela som, že sám Ježiš si vyhradil čas mimo svojho verejného pôsobenia, aby bol osamote so svojím Otcom, a jeho práca bola dôležitejšia, ako je moja. Vedela som, že Ježiš občas zavolať svojich učeníkov do tichosti a meditácie. Vedela som, že kňazi majú celý deň voľna každý týždeň. Dokonca aj svätá Elisabeth Setonová nechala deti v nedeľu, aby išla na svätú omšu a navštíviť priateľov. Premyslela som si to. Vedela som, že uvažujem rozumne. Nemala som v úmysle zneužiť to.

No Philip mal, pravdaže, svoje obavy. Jeho zoznam na sobotné práce bol často preplnený – opravy v dome, kosenie trávnikov, údržba auta – a ja som ho nechala samého s piatimi deťmi, pričom najstaršie vtedy malo len osem rokov. On vedel, že takto toho veľa nestihne urobiť. Prežíval zmiešané pocity – od pocitu, že sa chytil do pasce, až po to, že sa mu zhatili plány, pretože aj tak nemohol urobiť svoju prácu, ako bolo treba. A teraz

bola každá druhá sobota „stratená“. Aj on sa musel vyrovnáť s vlastnými ťažkosťami a zdalo sa, že táto situácia vyniesla niektoré z nich na svetlo.

Povedala som mu, že ak chce, môže najat' niekoho na stráženie detí na ten čas, kým budem preč. Philip však bol dobrák od kosti a opravdivo sa snažil prekonať túto výzvu. Ráno v sobotu mi s úsmevom povedal: „Chod! A vráť sa, kedy budeš chcieť.“ Ale potom s tým bojoval. A bojoval s tým asi rok.

U mňa prichádzalo mnoho pokušení, aby som nešla. Niekedy do toho niečo prišlo, obvyčajne vo Philipovom rozvrhu, a ja som musela pevne trvať na svojom: „Nie, to je môj deň matky.“ Philip sa naučil naplánovať si veci mimo môjho dňa. Inokedy som sa cítila vinná alebo pod tlakom, pretože som vedela, že Philip s tým bude mať problém. Nakoniec si však priznal, že to bola pre neho výzva, prehľbil si svoje vnímanie otcovstva a že to bola dobrá vec, keď som sa to rozhodla urobiť. Teraz je úplne vyrovnaný s tým, že je sám doma s deťmi každé dva týždne.

Vrátila som sa domov zotavená a pripravená znovu začať, a to ma utvrdilo v tom, že robím správnu vec. Philipovi som tiež navrhla tú istú láskavosť, že ďalšie soboty môže slobodne chodiť, kam sa mu zachce. Tie dni preberám zodpovednosť za deti, ale on beztak zvyčajne zostáva s nami. Keďže on chodí do práce, je rád, že môže byť doma, a nemá rovnakú potrebu odísť z domu ako ja.

Niektorí ľudia boli mojím dňom matky šokovaní a iní zas fascinovaní. Videla som, že niektoré ženy si tiež priali, aby to tak mohli robiť, ale mali pocit, že je to „prepych“, ktorý si nemôžu dovoliť. Myslím, že okolnosti ukážu, že obnova je dôležitá. Dom Chautard v diele *Duša apoštolátu* hovorí: „Mesačná obnova [myslí deň alebo aspoň pol dňa] venovaná vážnemu úsiliu na nadobudnutie rovnováhy duše je takmer nevyhnutná pre aktívneho pracujúceho.“ Mamy sú určite aktívne pracujúce!

A tak chodím preč z domu na môj deň matky a púšťam si kresťanskú rockovú hudbu na plné obrátky celú cestu mestom a spievam z plných pľúc! Potom sa chvíľu len tak potulujem. Idem do obľúbeného kníhkupectva a asi

hodinu si čítam nadpisy. Niekam si zídem na obed, sedím a čítam. Jazdím popri prístave, zadívam sa na chvíľu na more, píšem si do denníka alebo čítam životy svätých. Neskôr zamierim na spoveď a pomodlím sa ruženec alebo idem na adoráciu. Potom si vybavím potrebné záležitosti, ale snažím sa, aby ich bolo čo najmenej.

A ovocie toho všetkého? Prídem domov, len keď som skončila, a nie skôr. Niekedy sú tri hodiny, zvyčajne je päť či šesť hodín, raz bolo až jedenásť! Domov prídem osviežená a pripravená pokračovať v ďalších dvoch týždňoch materských povinností. Moje deti, ktoré moju prítomnosť považujú za samozrejmosť, ma začnú pri dverách zdraviť, akoby som bola preč roky, a zasypávajú ma bozkami a objatiami od radosti, že ma vidia.

Keď si vytvoríte svoju regulu, vezmite do úvahy *všetky* svoje zákonité potreby a odhodlajte sa uspokojiť to, čo treba pre vaše osobné zdravie, ale vždy po rozhovore s rodinou. A pamätajte si, že niekedy by sa vaša rodina mohla pre vás trochu obetovať, keď sa to týka vášho úplného zdravia. Pretože ako sme už uvažovali, ak ste vyrovnaná, môžete im poslúžiť efektívnejšie a láskavejšie.

Ako začať

Tu by ste sa mali ubezpečiť, či dostávate to, čo potrebujete – pre telo i pre ducha. Na začiatku sa zamerajte na základné veci, možno si vyhradíte časové úseky na starostlivosť o seba. Keďže rodinný život sa žije spoločne, veľa z toho, čo si naplánujete, bude rovnaké pre každého člena vašej rodiny, a tak bude možno vhodné urobiť na základe toho rodinný rozvrh.

Vezmite si zápisník a označte si ďalšiu stranu: „Denný režim.“ Na samostatnú stranu si označte: „Denný režim detí.“ Najprv si prejdite otázky pre seba a potom pre deti. Opýtajte sa:

- *Koľko hodín spím teraz každú noc? Stačí mi to, alebo som už na obed každý deň vyčerpaná? Koľko času je podľa mňa vhodné, aby som pridala, alebo ubrala z mojich spánkových návykov? Potrebujem si zdriemnuť počas dňa? Kedy si to cez deň naplánujem?*

Určite si hodinu vstávania, aby ste mali dostatok času na ranné povinnosti. Odčítajte od hodiny vstávania počet hodín, ktoré potrebujete na spánok, a tak si určíte čas, kedy treba ísť spať.

Použite to aj pre vaše deti podľa veku.

Rozhodnite sa a zapíšte si to do zápisníka.

● *Kolko času potrebujem ráno venovať hygiene a úprave? Môžem ich vykonávanie priradiť k nejakým domácim povinnostiam, napríklad pred jedlom, alebo po jedle, a tak si lepšie zapamätať, kedy majú miesto? Aký čas im pravidelne vyhradím?*

Zopakujte tento proces vzhľadom na deti. *Potrebuje niektoré z nich moju pomoc? Ak áno, kolko času si musím na to vyhraď a kedy to urobím?*

Rozhodnite sa, kedy vykonáte tieto úlohy, a zapíšte si ich.

● *Ako pomôžem môjmu telu dostať sa do formy? Aké druhy cvičenia by som chcela viac robiť? Kolko času tomu periodicky môžem venovať? Kedy a kde – ráno, poobede, večer, pred alebo po večeri?*

Môžu niektoré cviky robiť deti so mnou? Ak nie, kde vtedy budú a kto bude na ne dozerať? Ako môžu deti pravidelne cvičiť?

Zapíšte si všetko zápisníka. Ak to budete robiť iba raz alebo dvakrát do týždňa, určite si, ktoré dni budete v cvičení pokračovať. Vytvorte si v zápisníku novú stranu s názvom „Týždenný režim“ a zapíšte si informáciu tam.

● *Ako často je podľa mňa vhodné vyjsť si von s priateľmi? Mám radšej spoločnosť pravidelne alebo spontánne?*

Aké záľuby alebo iné formy zotavenia potrebujem mať, aby mi to pomohlo udržať sa v rovnováhe celý deň a zmierniť stres?

Kedy by som mohla mať čas na tieto aktivity? Keď idú deti spať? Keď si cez deň zdriemnu? Po večeri?

Existujú ešte nejaké iné špeciálne potreby, na ktoré potrebujem konkrétny čas?

Určite si čas na každú činnosť alebo všeobecnú chvíľu na „zotavenie“. Zapíšte si informáciu buď do denného, alebo týždenného režimu. Ak treba, vytvorte si stránku pre mesačný režim a jeho aktivity.

Začnite každú z týchto činností teraz, pokračujte s každou ďalšou položkou v rozvrhu. V tom čase prestaňte robiť všetko ostatné a jednoducho sa im venujte!

Ďalšie kroky

Časom sa môžu vyskytnúť veci týkajúce sa vašich fyzických potrieb a potrieb vašej rodiny, na ktoré by ste sa chceli viac zamerať. Možno prídete na spôsob, ktorý by urobil cvičenie zábavnejším, a tým by sa aj ľahšie dodržiavalo; preštudujte si niečo o výžive a vytvorte plán jedál pre zdravšie stravovanie; analyzujte vlastnú stravu, pitný režim, spánok a iné zvyklosti, ktoré by mohli negatívne ovplyvňovať vašu telesnú výkonnosť.

Najdôležitejšie hľadiská druhej priority, podstatu vašej osoby, však nemožno napláňovať. Existujú osobné otázky, ktorým sa musíte venovať? Možno by ste si mohli vyhraď polhodinu každý večer alebo každý týždeň, aby ste sa venovali všetkým týmto oblastiam duchovného, emocionálneho a duševného zdravia a považovali nad spôsobom, ktorým si potrebujete zlepšiť svoj intelekt alebo posilniť vôľu. Potom preskúmajte možnosti; pomohli by niektoré z týchto vecí: spoveď, modlitba, štúdium, uzdravenie, oslobodenie, poradenstvo alebo iba normálne rozhodovanie? Považujte nad založením denníka, kde by ste si zaznamenali osobné oblasti, na ktorých potrebujete pracovať.

–

Cieľom druhej priority je zdravie osoby vo všetkých rozmanitých aspektoch. Keď sa dôkladne postaráme o naše fyzické telo, odstránime tým každé nepotrebné bremeno v našej duši. Musíme si tiež všímať, čo sa deje v našom vnútri, aby sme si uvedomovali, prečo konáme a zmýšľame a rozhodujeme sa tak, ako to robíme.

V diele *Spiritual Life* (Duchovný život) fr. Tanquerey hovorí, že bez sebaznania je nemožné morálne sa zdokonaľovať. Pretože bez neho sa staneme predmetom ilúzií o sebe samých. Buď sa pre vlastnú dokonalosť staneme arogantnými alebo pre vlastné chyby nadmieru znechutenými.

A hoci taký proces môže byť niekedy komplikovaný, snažiť sa poznať samého seba je všeobecný prostriedok, ako sa usilovať o dokonalosť. Spoznávanie svojich dobrých vlastností nás môže priviesť k vďačnosti voči Bohu, kým naše nedokonalosti môžu priniesť opravdivú pokoru, keď *vidíme seba samých takých, akí skutočne sme*. To nám pomáha zväčšovať našu závislosť od Boha a zabraňuje príliš sa spoliehať na vlastné sily. Zároveň nás to aj silne motivuje, aby sme sa stali tými, akými máme byť v Božom pláne.



Piata kapitola

Tretia priorita: partner

S treťou prioritou sa začneme venovať sviatosti manželstva a najmä tomu, na čo sa vzťahuje Katechizmus, keď hovorí o manželstve ako o zvláštnom type *posvätenia* (KKC, 1535). Posvätiť niečo znamená vyčleniť niečo na špeciálny účel a v tretej prioritě sa zaoberáme *prvým* účelom sviatosti manželstva: rozvíjanie hlbokého a osobného vzťahu medzi manželmi, odrážajúc zvláštnu milosť jednoty, ktorá spája manželské páry.

Podobne ako pri kňazskom svätení si potrebujeme uvedomiť, že sviatosť manželstva má umožniť splniť poslanie – v tomto prípade poslanie služby a lásky voči manželovi (manželke).

Zdráhavý vzťah

Bol september. Mala som dvadsaťsedem rokov. Chystala som sa vyjsť si večer von do mesta s priateľmi. Do izby vošla mama a niesla darčeky od Philipa. Otvorila som krásnu bonboniéru a vdychovala vôňu úžasných ruží s dlhými stopkami, ale zrazu ma pochytila zlosť. Prečo, ako sa opovažuje? Veď dobre vedel!

Stále som bola sama a práve v tú jeseň som nastúpila na bakalárske štúdium a Philip odišiel na inú univerzitu do Ottawy, aby si tam urobil magisterské štúdium. Povedala som mu, že ak by som sa niekedy vydala, bolo

by to určite za neho – pretože z neho by bol dobrý manžel a otec – ale že nemám ani v najmenšom úmysle tak urobiť. Napokon, Philip bol môj *priateľ* a chcela som, aby to tak zostalo. A nezáležalo na tom, čo som k nemu cítila, pretože som sa zaprisahala, že sa vzdám akýchkoľvek milostných vzťahov. Chystala som sa dokončiť školu a potom vyriešiť, či ma Boh povoláva stať sa rehoľníčkou.

A teraz si trúfa poslať mi cez polovicu krajiny kvety a čokoládu! Zavolať som mu a obvinila som ho zo skrytých úmyslov. „Posielaš mi darčeky ako prejav dvorenia! Ako si mi *mohol* poslať takéto darčeky?“

Samozrejme, Philip sa hral na neviniatko a ospravedlnil sa mi so slovami, že naozaj nepomyslel na význam kvetov a čokolády. Chcel mi iba poslať nejakú drobnosť na moje narodeniny, keďže sme priatelia – vari je to nejaký hriech?

Keď bol doma na Vianoce, stále som mala pocit, že má azda záujem o viac ako iba o priateľstvo. Keď sme boli raz spolu na večeri, obvinila som ho z toho, že ma odvádza od môjho povolania.

„Stanem sa rehoľníčkou,“ povedala som, „a ty ma chceš odvieť od povolania, ku ktorému ma sám Boh povoláva! Daj si pozor!“ Philip sa však iba hlasne zasmial.

Zmätol ma jeho nenútený prejav a trochu ma nahneval jeho rafinovaný úškrn na tvári. Pre mňa to bola vážna vec!

Na tridsiate narodeniny som si slúbila, že sa nikdy nevydám. Dokonca aj v prvých začiatkoch puberty som si myslela, že je tak veľa *dôležitejších* vecí, ktorým sa môžem venovať; môžem byť rocková hviezda alebo politička, alebo právnička, alebo urobiť kariéru v reklame! Svet som mala otvorený dokorán a nič nebolo menej dôležité, ako vydať sa, mať deti a natierať malý drevený biely plot!

Môj odpor k manželstvu zosilnel, keď sa moji rodičia odlúčili po dvadsiatich šiestich rokoch manželstva. V sedemnástich som usúdila, že manželstvo je *zlá* vec, fraška, niečo plné napätia a nepochopenia, čo sa môže

skončiť iba bolesťou. A keď som videla moju mamu plakať každý deň po celý rok, vedela som, že to nie je pre mňa. Nikdy by som nepripustila, aby som sa stala takou zraniteľnou a otvorenou takému silnému pocitu odmietnutia.

Môj najväčší zápal proti manželstvu však prišiel až po obrátení, pretože som nedokázala vôbec pochopiť, ako by som mohla milovať Ježiša a zároveň aj nejakého muža. Zdalo sa mi, že tie dve veci sa navzájom vylučujú. Nevidela som spojitosť medzi životom viery a manželstvom; ako svetáckosť manželstva s pozemskými starosťami a povinnosťami môže viesť k svätosti alebo približovať človeka k Bohu.

Prekvapivý telefonát od Boha

Nasledujúcu jar sa Philip vrátil do môjho rodného mesta a ja som s ním, samozrejme, trávila čas, veď bol mojím dobrým priateľom – v skutočnosti najlepším priateľom. Počas leta som však začala pociťovať niečo nové: povolanie do manželstva a vzťah k Philipovi! Vo svojom zmätku som sa porozprávala s niekoľkými kňazmi a oni sa prikláňali k tomu, čo som rozpoznala. Zaslala som za rehoľníčkou, ktorú som poznala, a povedala som jej o svojej dileme. Dala mi dobrú radu: mala som sa zaoberať náboženským životom a zároveň chodiť s Philipom.

Keďže som sa stále nevedela rozhodnúť, zaumienila som si v tú jeseň ísť na púť do známej quebeckej svätyne k sv. Anne de Beaupré, ktorej sa pripisuje veľa zázračných uzdravení. Dva dni som strávila v bazilike a horlivo som sa modlila o vedenie. V istej chvíli, keď som sa modlila pred sochou starého svätca, som sa zrazu naklonila bližšie, aby som si prečítala jeho meno. Bol to sv. Joachim. Srdce mi prestalo biť. Pozrela som od jeho sochy ku väčšej soche sv. Anny v hlavnom kostole. Prelietavala som pohľadom medzi nimi dvoma a zalapala som po dychu: „Svätá Anna si vzala za manžela sv. Joachima!“

Moje druhé meno je Anna a Philipovo Joachim.

Anna a Joachim! Philip a ja! Bola som si istá, že som dostala odpoveď.

Keď som sa však vrátila domov, začal ma trápiť nepokoj z toho dôvodu, že by som mala ísť do manželstva. Stále som sa modlila k Bohu: „Ak chceš, aby som sa vydala, musíš *ma* donútiť, aby som to chcela, pretože nechápem, čo má manželstvo so mnou spoločné!“ Ako zvyčajne aj teraz Boh konal so mnou rovnakým spôsobom. V januári, po typicky dlhom období zmätku, prišiel okamih poznania: videla som, ako slová „Milujem ťa“ vhupli ako blikajúca neónová reklama do mojej predstavivosti a v tom okamihu som vedela, áno, *chcem* si zobrať Philipa za muža. Už som nemala nijaké pochybnosti.

Philip a ja sme sa vzali, ako sa patrilo, na sviatok sv. Anny a Joachima, 26. júla toho roku.

Manželstvo je dôležité

Napriek novoobjavenému presvedčeniu a láske k Philipovi mi veľa rokov trvalo, kým som prekonala niektoré ťažkosti, ktoré som mala s manželským povoláním. No keďže som vedela, že Boh ma do neho povoláva, musela som mu dôverovať, že ma obdaruje potrebnými milosťami na úspešné manželstvo. Keďže som vedela, z akého prostredia som vyšla, musela som veriť, že Philipova vyrovnaná výchova prelomí akýkoľvek kolobeh zlyhania, ktorému by som mohla byť vystavená. A tiež som študovala a modlila som sa, aby som sa dozvedela, ako mať dobré manželstvo.

Najviac mi však pomohlo zistenie, že manželstvo bolo v prvom rade neoddeliteľnou súčasťou Božieho plánu pre stvorenie. „A stvoril Boh človeka na svoj obraz... muža a ženu ich stvoril“ (1 Gn, 1, 27). Keď som mala biblické štúdium kníh *Genezis* a *Exodus*, prekvapilo ma, že každá väčšia postava v týchto knihách Starého zákona žila v manželstve! Adam, Noe, Abrahám, Izák, Jakub, Jozef, Mojžiš... Pane Bože, veď aj Panna Mária bola vydatá! Tajomstvo manželstva, jeho poslanie a prijímanie man-

želskej lásky mali akosi v Božom pláne prvoradé postavenie. A pochopila som, že ak som povolaná do manželstva, svätosť dosiahnem iba cez toto povolanie.

Vážne rozčarovanie

S Philipom sme strávili medové týždne cestovaním po Kanade. Otehotnela som skôr, ako sme prišli do nášho nového domova v Calgary. Obaja sme dostali takmer hneď zamestnanie učiteľov na miestnej katolíckej škole.

Prvé dva roky manželstva sme mali nečakané ťažkosti. Stres z novej kariéry, geografická zmena, okolo iba zopár priateľov a nejaké rodiny, prvé

tehotenstvo s ťažkými nevoľnosťami a potom bábätko, nové finančné úvahy a fakt, že na nás začali klásť obrovskú záťaž rodinné povinnosti, ktoré pre nás boli dovtedy neznáme. A spôsob, ktorým sme zvládali stres, bol nesprávny.

Prestali sme sa ako pár spolu modliť a do nášho zvyčajne blízkeho vzťahu vstúpilo napätie a tlak.

Mala som pocit, že Philip už nebol ten muž, ktorého som si vzala. Milujúci a láskavý muž, s ktorým som bola zasnúbená, bol teraz zavalený požiadavkami nového zamestnania a voči mne bol odmeraný. Chýbali mi naše dlhé a pútavé rozhovory, najmä keď som bola doma na materskej dovolenke s bábätkom. Tým, že som bola tak ďaleko od domova a nemala takmer nijakých priateľov či rodinu, často som sa cítila opustená, nechcená a osamelá. Chcela som, aby mi Philip nahradil všetku tú osamelosť tým, že mi venuje celý svoj voľný čas.

Časom som v srdci začala pociťovať, že som bola oklamaná – že manželstvo *bude* naozaj také, akého som sa pôvodne obávala. Srdce sa mi začalo uzatvárať. Už som Philipovi menej dôverovala. Bola som doma čoraz viac nešťastná a cítila som sa odmietaná, keď sa Philip po príchode z práce so mnou nechcel po večeroch rozprávať.

[**nečakané
ťažkosti**]

[**manželstvo bolo
súčasťou
Božieho plánu**]

Philip, naopak, sa nechcel rozprávať, pretože mal pocit, že ja som mala stále nejaký „problém“ a on už viac problémov zvládnuť nedokázal. Pre neho bola moja nespokojnosť iba ďalším stresom na jeho zozname stresov, a to takým, s ktorým si nevedel dať rady. Bezradne si uvedomoval, že som si jeho zaneprázdnenosť vysvetľovala ako odmietnutie – ako skutočnosť, že pre neho už nie som taká dôležitá. Vedel však, že pre svoje pracovné zaťaženie mi nedokáže venovať toľko dlhých nenútených hodín ako v časoch zasnúbenia, keď mal čas na to, aby mi masíroval chodidlá alebo hral so mnou karty.

Napokon, teraz už mal povinnosti a cítil sa dotknutý, že som neprejavila dostatok pochopenia pre tlak, ktorý mal v práci. Trápili ho finančné starosti a podkopávali jeho sebadôveru, pretože pre neho to bol znak zlyhania v jeho úlohe zabezpečiť rodinu. Ani sa nechcel so mnou modliť, pretože mal pocit, že môj duchovný život by nejako nabúral alebo zatienil jeho vlastný. Odo mňa očakával predovšetkým to, aby som tu „bola“ pre neho, aby som ho podporovala, ja som však bola príliš ponorená do svojich bojov.

Po čase sme sa opäť presťahovali na východné pobrežie. Philip a ja sme boli vážne rozčarovaní jeden z druhého a zo všetkých našich vznešených ideálnych mét o dokonalom manželstve. Namiesto toho sme sa vzájomne čoraz viac odcudzovali a nedostávali sme jeden od druhého to, čo sme hľadali.

Spomínam si, ako som jeden večer sedela na kraji nízkeho stolíka, pozerala na Philipa, on na mňa, a pomyslela som si: „To je tá chvíľa, keď sa ľudia rozvádajú.“ Chcela som ho ignorovať, zabudnúť na neho a žiť si svoj život ďaleko od povinností, ktoré nás spájali. Philip sa práve cítil bezmocne a chcel uniknúť z problémov.

Aký bolestný a odporný okamih to bol. Nemali sme v úmysle sa rozvieť a ja som premýšľala, či by som ho len tak vedela ignorovať a pokračovať vo svojom vlastnom malom svete. Takmer všetko mi pripadalo lepšie ako manželstvo, a mne sa nechcelo vynakladať úsilie na to, aby sa to zlepšilo. Keď Philip nakoniec povedal: „Podľa mňa by sme to mali vyriešiť,“ moje srdce sa zdesilo.

A potom sme urobili jedno *veľmi malé rozhodnutie*, ktoré sa týkalo toho všetkého, čo môžeme urobiť vzhľadom na oslabený stav našej zdráhavej a znechutenej vôle: rozhodli sme sa zúčastniť na šesťtyždňových prednáškach v čase veľkého pôstu v našom kostole, jednu hodinu týždenne, ako znak nášho sľubu voči sebe a Bohu. Bola to jediná vec, ktorú sme boli schopní urobiť, aby sme nepreťažili naše už beztak zaťažené duše.

A toto rozhodnutie spôsobilo, že milosť v našom manželstve začala účinkovať. Hoci sa zdalo, že sme si odniesli málo z obsahu tých prednášok 40-dňového Pôstneho obdobia, náš záväzok, že budeme pracovať na našom manželstve, vyústil do začiatku skutočnej zmeny medzi nami.

Úloha manželskej lásky

Pomaly som si začala uvedomovať, že zdravie manželstva závisí od našej definície lásky. Keď som si vzala Philipa, urobila som tak, lebo som ho „milovala“. Z dnešného pohľadu si však myslím, že som bola v tomto smere tak trochu sebecká. Hľadala som koniec rozprávky „a žili šťastne až do smrti“. Chcela som, aby ma rozmaznával a aby som bola spokojná ako v čase zasnub. Chcela som, aby *ma* Philip podporoval. A očakávala som, že láska predstavuje ustavičnú útechu od Boha zmiešanú so všetkým dohromady!

definícia lásky

Začala som si však uvedomovať, že manželská láska nie je taká, ako sa opisuje v rozprávkach. Láska nie je o emóciách či sentimentalite. Nie je to ani o erotike či sexuálnej príťažlivosti. Nie je to o romantike ani o náklonnosti. Nie je to dokonca ani o priateľstve či spoločnosti. Uvedomila som si, že manželská láska nie je v zásade nič, čo mám *hľadať pre seba*.

Namiesto toho som začala vidieť *úlohu* prislúchajúcu zvláštnemu posväteniu našej sviatosti. Boh mi zveril úlohu manželky. Lásku som mala vnímať ako niečo, čo mám dávať, a nie prijímať; dávať svojmu manželovi *dar*

seba samej: dar môjho času, mojej podpory, mojej prítomnosti, celej mojej bytosti. Postupne som sa mu teda začala dávať, dávať sa do služby pre neho, začala som klásť jeho potreby nad moje a žasnúť nad darom tohto skvelého muža, ktorého mi Boh priviedol do života. Tohto muža, ktorý sa tiež začal učiť milovať ma, slúžiť mi, utešovať ma – napriek všetkým mojim slabostiam a chybám!

dar seba samej

Táto zmena sa vždy začína s Božou milosťou. Veď ako manželky musíme spolupracovať s milosťou. To nie je vždy ľahké. V niektorých ťažkých chvíľach, keď sa mi nechcelo byť k Philipovi milá alebo niečo pre neho urobiť,

som si dokonca myslela, že ho nemilujem! Pomaly som však čoraz viac chápala, že odovzdať sa mu, milovať ho, byť tu pre neho, aj keď sa mi nechce, to bola tá najväčšia láska.

Je to preto, lebo *skutočná láska je rozhodnutie, a nie pocit*. Je to skutok vôle, odovzdanie seba druhým pre ich dobro. Je to ustavičný proces, a nie niečo, čo sa dá zvládnuť naraz, a niekedy to môže byť veľmi nepríjemné ako každé ukrižovanie sebeckosti. Neprináša to vždy všetky tie emocionálne odmeny, ktoré očakávame, aspoň nie na začiatku.

Temná noc duše v manželstve

Tu som spoznala, že to strašné rozčarovanie, ktorým sme prechádzali, bolo temnou nocou duše v manželstve. Keď sme skutočne jedno, zjednotení sviatosťou, Boh našu manželskú lásku očisťuje a premieňa.

Ako Boh očisťuje dušu jednotlivca od hriešnosti, aby napomohol jeho vzťah s ním, tak to bude tiež robiť u tých, ktorých povolal do vzťahu s ním ako pár.

Svätá Faustína nás uisťuje, že Boh použije *všetko*, aby uskutočnil našu premenu – že on nepremárni ani jediný pokus privodiť dobro.

Pre temnú noc je typický druh slepoty – nevidieť nijaký náznak

toho, že sa deje niečo veľmi dôležité. V manželstve je realita našej sviatostnej lásky často nejasná – niečo, čo ide hlbšie, ako sme schopní vytušiť či pochopiť. Rovnako ako najintenzívnejšie pôsobenie Boha v našich dušiach je skryté, čisto duchovné, a my to teda nedokážeme rozpoznať našim rozumom či pocitmi, takisto opakujúci sa nedostatok uspokojenia v manželstve môže mnoho ráz viesť k tomu, že si myslíme, že to už nie je láska.

Ťažkosti a suchota týchto období tu však nie sú na to, aby spôsobili koniec. V Božom pláne je pre každé ukrižovanie určené zmŕtvychvstanie. Keď sa zdalo, že sebeckejšia láska medzi mnou a Philipom odumrela, začali sme zažívať jemnosť čistejšej, obetavejšej lásky a spoznali sme, že milovať sa navzájom je základná úloha nášho povolania.

Fulton Sheen raz povedal, že práve z tohto dôvodu je manželský sľub na mieste. Sľub má ochraňovať manželstvo pred prirodzenou ľudskou túžbou odísť v tom čase, keď sa zdá, že veci nefungujú. Sľub má byť ochranou, reťazou, ktorá udržiava pár spolu dosť dlho na to, aby Boh mohol pretvoriť ich manželstvo. Ako povedal Sheen, vysoký stupeň rozvodovosti v našej spoločnosti nie je ani tak znakom, že tieto páry majú vážnejšie problémy ako druhé páry, ale že iba *jednoducho nedodržali svoje slovo*. Mnohé páry nemajú dostatočnú predmanželskú prípravu, nesprávne si vykladajú, čo sa deje v ich manželstvách, a mylne sa domnievajú, že manželstvo sa skončilo. A z tohto dôvodu sa im zdá logické rozviesť sa.

Boh našu manželskú lásku očisťuje

A dodalo mi to nádej, že aj napriek temným časom, keď sa zdalo, že milujúci vzťah medzi mnou a mojím manželom je nemožný, keď sa všetko zdalo na hranici zrútenia, Boh naozaj

pracoval. Bol tam, či už som ho vnímala, alebo nie. Dodalo mi to tiež nádej, že on nás z toho vyvedie. A to aj urobil.

Potreba dobrej komunikácie

V každej sviatosti sú vždy *slová*, ktoré sprevádzajú udelenie milosti. Kňaz slovami vyslovuje rozhréšenie v spovedi a dáva pritom znak kríža a sviatosť je účinná. Takisto aj v manželstve vyslovujeme sľub v deň svadby a spoločne s naplnením manželského aktu je sviatosť platná.

Hovorené slovo má byť teda v manželstve pokračujúcim zdrojom milostí, spôsobom neprestajnej zdravej komunikácie s partnerom. Komunikácia je kanál, ktorým majú milosti pravidelne vstupovať do nášho spoločného každodenného života. Je to základné jadro manželskej lásky. Bez nej nebudeme schopní priblížiť sa navzájom ako pár.

**byť otvorenejší
a úprimnejší**

Počas nasledujúcich pár rokov som dostala dosť ponaučení v tejto oblasti.

Ako prvé bolo, že som začala pripisovať Philipovým skutkom iba dobré motívy. Raz som sa celý deň na neho hnevala pre nejakú vec, čo urobil, a nakoniec som si ho večer podala, keď čítal v posteli. Obvinila som ho z toho a onoho a farizejsky som čakala na jeho odpoveď. On sa mi však len pozrel do očí a povedal: „Vieš, miláčik, bolo by určite lepšie, keby si sa ma radšej zastala namiesto toho, aby si si vymýšľala rôzne skryté motívy mojich činov.“ Potom sa obrátil späť ku knihe.

Uvedomila som si, že to, čo povedal, je pravda. Vždy som tak nedočkavo prekračovala vonkajšie zdanie vecí a pripisovala som negatívne úmysly všetkému, čo robil. Tak som sa rozhodla, že ho už nebudem posudzovať. Boli chvíle, keď všetko vonkajšie naznačovalo opak. No keďže som sa rozhodla, že sa ho zastanem (lebo nie je celkom jasné, či urobil zle), nikdy som si už nedovolila domnievať sa, čo si myslí, skôr ako mi to povedal.

Pomohlo mi to pochopiť, aké zbytočné bolo, keď som ho z niektorých vecí obviňovala. Problémy sa i tak nevyriešia tým, keď sa nájde vinník. Na-

miesto toho som začala hľadať spôsoby, ako *ja* asi prispievam ku konfliktom medzi nami. A moje pokusy v komunikácii voči nemu začali byť otvorenejšie a úprimnejšie. Namiesto toho, aby som vstúpila do dialógu s obviňovaním, začala som radšej pristupovať k diskusiám so stratégiou „pozrime sa na to, ako by sa to dalo vyriešiť“.

Naučila som sa z toho aj ďalšie veci. Napríklad som sa rozhodla, že nikdy nebudem ženou, ktorá muža sekíruje. Alebo dokonca viac – uvedomila som si, že nemám právo snažiť sa muža ovládať, pretože nie je rozumné, aby som dospelému mužovi diktovala, ako má žiť svoj život, aké televízne programy má, alebo nemá sledovať, či ako má myslieť, alebo ako sa má cítiť.

To však neznamená, že nemám právo do ničoho vstupovať, alebo nič ovplyvňovať. Veď napokon práve som zdôraznila, aká dôležitá je komunikácia. Pokojne môžem niečo navrhnúť, alebo obrátiť Philipovu pozornosť na veci, ktoré považujem za dôležité, pretože súčasťou lásky je hľadať dobro druhého. A niekedy si to vyžaduje partnera povzbudiť, alebo láskyplne ho napraviť.

Existuje však úzka hranica, ktorá prináša so sebou pokušenie – medzi hľadaním jeho dobra a zasahovaním do jeho života. Rovnako ako Boh aj ja som musela dovoliť manželovi, aby uplatňoval svoju slobodnú vôľu a robil vlastné rozhodnutia o svojom živote. Musela som ho nechať tak! Veď je človek a musím prejavíť rovnakú úctu voči jeho osobnej slobode, ako by som to chcela aj ja pre seba.

Existuje však ešte niečo dôležitejšie pre dobrú komunikáciu, čo som sa tiež dozvedela od Fultona Sheena: že kresťanské manželstvá zlyhávajú len vtedy, ak manželia zlyhajú vo svojom kresťanstve. Uvedomila som si, že musím zaobchádzať s mojím manželom s rovnakou kresťanskou úctou, akú by som aplikovala na akéhokoľvek iného dôležitého človeka v mojom živote. Moje správanie, tón môjho hlasu a postoj vo všeobecnosti musí byť taký istý, aký by som použila pri kňazovi alebo pápežovi, alebo pri samotnom Ježišovi.

Pochopenie úlohy našich emócií

Aj keď mám to všetko na pamäti, ešte vždy sa mi stane, že sa nahnevám, alebo som netrpezlivá, alebo beriem veci osobne. Spočiatku ma to znechucovalo, lebo som nepochopila správnu úlohu svojich emócií.

Kultúra, v ktorej žijeme, zdôrazňuje emócie a pocity ako základ, na ktorom máme žiť naše životy. Namiesto toho, aby sme používali rozum na posudzovanie objektívnej skutočnosti vecí, na rozlišovanie dobra od zla a ako nástroj na rozhodovanie, pýtame sa sami seba, ako sa *cítim*. Všetkému, čo mi neprináša dobrý pocit, sa musím vyhýbať. Ak sa cítim dobre, veci sú fajn. Ak sa necítim dobre, čokoľvek, čo spôsobuje tieto pocity, musí byť zlé.

Veľmi významne to ovplyvňuje manželskú komunikáciu: ak je niečo pre mňa dobré a pre môjho partnera nie, on sa určite mýli. Ak vo mne niečo vyvoláva zlé pocity, ale u neho nie, potom sa opäť on mýli! Ak kladem moje pocity na prvé miesto, zvyknem pristupovať k rozhovoru s vyhraneným postojom. Keďže mám pravdu ja, lebo sa takto cítim, on musí súhlasiť. Ak nebude súhlasiť, nemusím ho počúvať; musím ho len presvedčať. A preto k nemu nie som nikdy naozaj *otvorená*.

Potom sa stane, že základné skutočnosti sa stanú nejasnými. Konflikty sa nedajú vyriešiť. Nemožno sa dostať zo slepej uličky. Ako sme hovorili v kapitole o druhej priorite – o vlastnej osobe, ak sa budem slepo držať iba svojich pocitov, potom môj rozum nebude robiť svoju prácu a moja vôľa sa oslabí. Ak si nedokážem rozumne pohovoriť o situácii so svojim manželom, uviaznem v emocionálnom bahne.

Keď som si uvedomila toto úskalie, začala som tvrdo pracovať na každej konverzácii – rozlišovať medzi pocitmi, názormi a tým, čo bola skutočnosť alebo pravda. Úmyselne som začínala vety slovami „Cítim, že,“ „Môj názor na to je,“ a „Skutočnosť je taká,“ aby sme sa ja i Philip cvičili, ako

**rozlišovať medzi
pocitmi a skutočnosťou**

rozlišovať skutočné problémy. To nám pomohlo zamerať sa na problémy rozumne, bez emocionálnych reakcií, ktoré nás zavádzali.

Harmonické spájanie názorov

Po čase som pochopila ďalšie dôležité hľadisko komunikácie: že skutočná láska *sa prejavuje v úprimnej túžbe počúvať potreby toho druhého*. Učila som sa pozorne počúvať a uvedomovala som si, že nemôžem vstupovať do dialógu s ním s úmyslom presvedčať ho a „vyhrať“ bez toho, aby som bola otvorená pre Philipov oprávnený názor.

No čo ak on nesúhlasil? Po čase som si uvedomila, že je možné a v skutočnosti veľmi bežné, ak majú dvaja ľudia s dobrým úmyslom rôzne názory a pohľad na tú istú vec. Musela som sa naučiť odolať svojmu prirodzenému tvrdeniu – „ak mám pravdu ja, on sa mýli“. Môže sa stať, že obaja máme pravdu, ale možno iba čiastočnú pravdu, a že sme povolani zosúladiť obe hľadiská, aby sme dospeli k úplnej a harmonickej zhode. Uvedomila som si, že nikdy nemusím pozerať na Philipa ako na prekážku v mojich zámeroch a že manželia majú fungovať v jednote. A majú spájať aj odlišné stanoviská, aby prišli k najlepšiemu riešeniu.

Problém podriadenosti

Práve tu treba pochopiť otázku rovnosti oproti podriadenosti. Na začiatku nášho manželstva som sa zvykla podriaďovať jeho rozhodnutiam, pretože som si myslela, že od ženy sa to požaduje. Presne som Philipovi povedala, čo si o tom myslím, a potom som nechala rozhodnutie na neho. Napokon, on bol hlavou domova a rozhodovanie bola jeho úloha ako muža rodiny, no nie?

Philip nikdy so mnou nesúhlasil v tejto konkrétnej myšlienke „riadiťského miesta“. Jemu sa pri tejto predstave vybavila bojzlivá, slepo poslúchajúca manželka a manžel, ktorý bol takmer určite polovičný tyran.

Myslel si, že náš vzťah nebude zdravý, ak sa budem podvoľovať jeho rozhodovaniu ako pravidlu namiesto toho, aby sme sa spolu dohodli. Pre-

tože ak by to malo byť pravidlom, neodrážalo by to podľa neho realitu nášho vzťahu a bolo to nepriradené. A okrem toho si myslel, že mi to poskytlo výhovorku, aby som sa nezapájala, a jemu hrozilo nebezpečenstvo, že vlastne nič neprediskutuje; mohol iba konať. To predstavovalo pokušenie stať sa malým diktátorom.

No ja som čítala veľa kníh, katolíckych aj protestantských, o autorite v rodine a bola som presvedčená, že sa to zhodovalo s kresťanským učením. Takže keď som mu povedala, čo si myslím, nechala som na neho, aby to sám vyriešil. Musím priznať, že niekedy sa to javilo ako zbytočné – povedať, čo si myslím, a potom ho sledovať, ako sa otočí a urobí presný opak. Niekedy bolo pre mňa veľmi ťažké, „podriaďiť sa“ jeho rozhodnutiam – bez ohľadu na to, či som si myslela, že boli vykonané po jasnom a zrele uvažovaní – jednoducho len preto, že bol muž. Podriaďovala som sa však jeho autorite. Ak to spôsobovalo, že sa vo mne hromadil malý hnev či vzdor, myslela som si, že nie je správne, mať takého pocity.

Jedného dňa však môj vzdor tak narástol, že som vytiahla svoj *Katechizmus*. „Dobre, pozrime sa, kde to je napísané, že sa musím podriaďovať jeho autorite?“ Nuž, nič som tam nenašla. Najbližšie veci sa týkali autority vo všeobecnosti, a tá sa jasne prikláňala iným smerom: predpokladá sa, že pre každú autoritu musí existovať „proti-autorita“, aby miernila alebo chránila pred zneužitím.

Vzala som si z poličky knihu pápeža Jána Pavla II. *O dôstojnosti a povolani ženy* a tam som si prečítala niečo, z čoho sa mi zatočila hlava: nemôže byť opravdivé splnutie, ak nie je opravdivá rovnosť; nejde o to, že manžel je nadradený a manželka podriaďená; manželstvo si vyžaduje vzájomnú podriaďenosť.

Vošla som do kuchyne a chytila som sa okraja stola. Ján Pavol II. ma práve oslobodil a ja som bola nahnevanejšia ako predtým. Bolo to, ako keby

vzájomná podriaďenosť

ma niekto lákal na čokoládu, a jediné, čo som mohla urobiť, bolo sa za ňou naťahovať; naťahovať sa za mocou, ktorej som sa neprestajne vzdávala, a nedosiahnuť ju. Celé dva dni som bojovala s túžbou prevziať kontrolu, presadiť sa a vydobýť si od Philipa vládu nad našim manželstvom. Modlila som sa o silu.

Potom hnev odišiel a ja som posadila Philipa k stolu a prečítala som mu všetky úryvky, ktoré ma tak hlboko zasiahli.

Všetko je to o láske, nie o moci

Manželstvo nie je iba o nekompromisnom určovaní povinností a o úlohe rozhodovať. Nejde tu o to, kto bude mať moc *nad* druhým. Pochopili sme, že manželský vzťah podľa Božieho plánu je viac o tom, ako sa stať jedno rozumom a srdcom, o sebadarovani a službe druhému. Autorita v manželstve je viac o vedení a pomáhaní príkladom a slovom, o ochrane toho, koho milujeme, o ukázaní smeru a podpore partnera a o obetovaní sa pre dobro druhého. Jedným slovom, je to o láske.

A tak sme boli s Philipom vyzvaní na vzájomnú podriaďenosť založenú na vzájomnej láske. Základnou otázkou pre nás obidvoch bolo, či *sa vzdať*, alebo *si zachovať* možnosť uprednostniť vlastné túžby nad právami, potrebami a záujmami toho druhého. Vedela som, že vo všetkých veciach som sa mala snažiť ho milovať, odovzdávať sa mu, byť ako Ježiš, ktorý sa celý daroval.

Tiež som si uvedomila, že nemám Philipovi iba zveriť svoje myšlienky a nechať ho, aby sám rozhodol. *Mám dospieť k rozhodnutiu spolu s ním*. Pre mňa to bola výzva na zrelosť, prevziať vzájomnú zodpovednosť za vedenie nášho manželstva, a nie urobiť pohotovo z Philipa obetného baránka, ak sa veci nepodaria.

Zistila som, že náš predošlý spôsob, ako sme sa stavali k veciam, zabraňoval úplnej jednote. Keď žena necíti, že jej názor je dôležitý, je pre ňu

stať sa jedno rozumom a srdcom

ťažké, aby sa cítila dôležitá ako človek. Iba uznaním svojej úplnej rovnosti, ľudskej dôstojnosti a zodpovednosti v manželstve som pocítila, ako ubúda odpor v mojom srdci voči Philipovi, a prežívala som voči nemu novú otvorenosť.

Čo robiť s nesúhlasom

Som presvedčená, že existuje iba pár rozhodnutí, ktoré treba v manželstve urobiť, kde nemožno dosiahnuť uspokojivý kompromis. Keď nemožno dosiahnuť kompromis vo vážnej situácii, zrejme to značí, že ako pár nie sme ešte pripravení urobiť rozhodnutie, alebo že môžu existovať iné problémy v manželstve, kde nám môže pomôcť poradenstvo zvonku.

A ak je medzi nami úplný nesúhlas? Potom sa Philip a ja rozhodneme zaujať to či ono stanovisko a v zásade sa podriadiť tomu človeku, ktorý sa daným problémom zaoberá, alebo tomu, kto je v tom lepší. Napríklad ja sa zvyčajne podriaďujem Philipovmu úsudku o údržbe auta a jeho oprave, pretože on sa v tých veciach vyzná. A on sa zvyčajne podriaďuje mne v otázkach financií.

Práve sme mali možnosť zhodnotiť našu hypotéku. Veľmi radi by sme si s Philipom dali opraviť strechu, zaviesť lacnejšie kúrenie na drevo, zrekonštruovať okná a urobiť ďalšiu potrebnú údržbu. No už sme nechceli viac dlhov. Teraz som ja tá, ktorá spravuje naše peniaze, pretože som v tom lepšia. Každý sme sa chopili rôznych povinností v našom manželstve, ktoré sú založené na našich talentoch a záujmoch, a nie na nejakom vopred dohodnutom spôsobe práce založenom na pohlaví. Keď sme skontrolovali všetky výpočty, ako aj zvážili náš cieľ znížiť dlh, zdráhala som sa navýšiť hypotéku. Philip nesúhlasil. Myslel si, že to je rozumný krok opraviť dom skôr, ako sa jeho stav zhorší.

No zhodli sme sa, že to urobíme podľa mňa. Prečo? Vzhľadom na to, že túto povinnosť v našom manželstve som prevzala ja, Philip ostáva nestranný a ja môžem slobodne konať. Podriadil sa môjmu úsudku, samozrejme, po dôkladnej debate, lebo vie, že ja mám lepšie schopnosti narábať s peniazmi.

Zároveň sme zistili, že podriaďiť sa druhému musí byť aktívne rozhodnutie – a to najmä pre človeka, ktorý úplne nesúhlasí. Nesúhlasiaci partner to nemôže nechať prejsť len tak pasívne, pretože by sa v ňom iba hromadil odpor. Keďže môže byť ťažké žiť s dôsledkami (Philip to pociťuje najmä vtedy, keď príde účet za benzín), nesúhlasiaci strana musí byť pripravená, aby si prijaté rozhodnutie vedome „osvojila“.

No čo ak teoreticky môj manžel nebude na to dostatočne zrelý? Okrem mravných otázok alebo vážnych otázok týkajúcich sa bezpečia budem robiť to, na čo som trvalo povoláná: láskavo sa podriaďovať pre dobro manželstva, a to nezávisle od toho, či podľa mňa napĺňa aj on svoje vlastné povolanie milovať.

Sex v manželstve

Tak ako komunikácia je ustavičným prúdením milosti v manželstve, rovnako to platí aj pre sexuálne vzťahy medzi mužom a ženou. Niekedy však táto skutočnosť nie je taká jasná.

Keď som vstúpila do manželstva, bojovala som so sexom – akosi som bola presvedčená, že je to zlé alebo skazené. Nechájala som, prečo je to tak, že sex pred manželstvom je nesprávny, a potom zrazu po vstupe do manželstva je už v poriadku. V hĺbke duše som verila, že sex je hriešny.

Existovalo množstvo dôvodov, prečo som to tak vnímala: možno sa na mňa niekde nalepilo trochu puritánstva; možno to bol dedičný hriech, ktorý začal vystrkovať rožky (pretože Adam a Eva sa najskôr nehanbili za svoju sexualitu, ale až *potom*, čo zhrešili); možno bolo dôvodom to, že som neznášala spôsob, akým sa sex predvádza a zneužíva v našej spoločnosti a v médiách; možno to bolo pre minulé osobné skúsenosti. Pravdepodobne to bola kombinácia všetkých alebo niektorých z týchto faktorov. Nech bola príčina akákoľvek, trvalo dlhý čas, kým Boh priamo uzdravil môj postoj.

Zúčastnila som sa na niekoľkých vážnych katechézach a úvahách. Prečítala som všetko, čo sa mi za tie roky dostalo pod ruky, ale mnohé z mojich konkrétnych otázok zostali nezodpovedané. Len po dlhšom čase som pochopila, že sex nie je akýsi druh nutného zla, ale v skutočnosti *je svätý a dobrý*.

Prepánajána, veď Boh ho stvoril; a nielen to, on ho prikázal: „Plodte a množte sa a naplňte zem! (Gn 1, 28). On nám dal tento dar, dobrý a vhodný pre manželstvo, aby nám pomohol vyjadriť našu lásku k partnerovi a umožnil nám mať deti a rozširovať ľudský rod.

Na základe *Knihy Genezis* a po skombinovaní poznatkov z celého môjho čítania som prišla na štyri základné princípy sexuálnej morálky.

Po prvé, sexuálna aktivita má byť medzi mužom a ženou podľa Božieho plánu, ktorý stvoril človeka ako muža a ženu.

Po druhé, má sa uskutočňovať počas celoživotného vzťahu, ktorý zabezpečuje nezrušiteľný manželský sľub, odzrkadľujúci na našej konečnej ceste večné spojenie medzi tromi osobami Najsvätejšej Trojice.

Po tretie, má prebiehať v láske, keďže Najsvätejšia Trojica je vzťahom lásky.

A po štvrté, má byť otvorená životu v každej situácii, odrážajúc tak Boží plán, aby láska bola plodná.

Byť sexuálne aktívny mimo týchto štyroch mravných zásad znamená zneužívať sex, zmeniť jeho plánovaný účel a aplikáciu. Naša spoločnosť zneužíva sex: vybrala ho z manželstva, pozbavila ho lásky, odtrhla ho od plodenia detí a zotročila ho na rozkoš. Všetok sexuálny hriech, či už vo svete, alebo v našich životoch, pochádza z porušovania jedného alebo viacerých z týchto základných princíпов. Všetok sexuálny hriech je zneužívaním obrovskej sily, ktorú nám Boh dal; urážkou vysokého a nádherného účelu, ktorý Boh sexu dal. Všetok sexuálny hriech je tak v skutočnosti *znesvätením niečoho, čo je sväté*.

Sex ako sviatosťný dar

Spoznanie týchto mravných zásad mi pomohlo lepšie pochopiť, čo učí Cirkev o Božom pláne so sexom, ale neupokojilo ma to úplne. Vedela som, že konám mravne, ale akosi mi tu niečo stále chýbalo.

sexuálna aktivita má
prebiehať v láske

Jedného dňa som bola na káve u priateľky, keď sme začali preberať túto tému. Aj ona mala podobné ťažkosti v tomto smere, tak sme sa snažili prísť na koreň problému. „Podľa mňa sa to zúžilo na fakt, že naša spoločnosť považuje sex za príjemné trávenie voľného času,“ povedala. Mala pravdu a to ma prinútilo uvažovať.

Bežný moderný pohľad na sexualitu je neangažované, príležitostné hľadanie rozkoše. Kládie dôraz na telesnosť, na to, ako telo vyzerá a ako sa cíti. Zameriava sa na to, čo sa dá zo sexu vyťažiť – zmyslová skúsenosť, vzrušenie a napätie. Obaja ľudia idú do sexuálneho vzťahu s tým, aby z neho mal každý niečo pre seba.

Pohľad na ženské časopisy pri pokladniciach v supermarketoch ukazuje iný moderný náhľad na sex: ako prostriedok získania moci. Je to pokúšenie, ktoré pociťujú obaja – muži aj ženy: muž ho pociťuje ako túžbu vládnuť; žena ako túžbu manipulovať. Poskytnutie či upretie sexu sa stáva prostriedkom, ako dostať to, čo chce jeden od druhého dosiahnuť – akýsi druh trestu či odmeny vo vzťahu. My však vieme, že manželská láska nie je o moci, a preto sa sex nesmie zneužívať týmto spôsobom.

V skutočnosti je sexuálny akt jedným zo skutkov, ktoré ovplyvňujú prúdenie milosti vyplývajúce zo sviatosti manželstva, a preto manželstvo nie je platné, ak nebolo naplnené. Sviatosť majú zvyčajne fyzické znaky a skrytú skutočnosť. Sústrediť sa iba na vonkajší fyzický znak sexuálneho aktu, hľadať iba sexuálne potešenie, zamerať sa na výkon, techniku či dosiahnutie orgazmu znamená nevšimáť si a ohrozovať hlbšiu skrytú skutočnosť osobného puta, duchovného spojenia, ku ktorému má prísť.

Sex je, naopak, pokračovanie mojej úlohy milovať môjho manžela. Sexuálna láska nemá byť ničím, čo hľadám výlučne iba pre seba – ale niečo, čo dávam – dar seba samej môjmu manželovi, skutok nežnosti voči jeho osobe a vyjadrením toho, že ho úplne prijímam. Sex v manželstve je naozaj o obnovovaní môjho manželského sľubu, že ho budem milovať a ctiť až do smrti. Toto je dôležité. Dar seba samého v sexuálnom akte je normálny pro-

striedok, ktorým prúdi milosť sviatosti manželstva do našich spoločných každodenných životov.

Sexuálna celistvosť

Jadrom tejto veci, nevyriešenou situáciou, ktorá ma občas ťažila, bola skutočnosť, že som často počas sexu nepocítovala toto „spojenie osôb“. Sex mi pripadal telesný, ale nie duchovný či osobný, a to ma trápilo. Iba neskôr som pochopila, že opravdivo naplnený sexuálny vzťah neodlučuje fyzické potešenie ako „náhodu“ od sexu, ale je súčasťou, ktorú ustanovil Boh. Spoznala som, že cieľom je *spojenie* dvoch ľudí – vedomé zjednotenie fyzickej a duchovnej stránky – a že to je *proces celistvosti*, rovnako ako v mnohých ďalších oblastiach nášho života.

Mnoho ráz rozpor pocítovaný medzi duchovnou a fyzickou stránkou sexu odhaľuje potrebu túto oblasť uzdraviť. Naše vlastné skúsenosti so sexuálnou nemravnosťou alebo sexuálnym zneužitím, alebo nátlak akéhokoľvek druhu, ktorý na nás bol vyvíjaný – to všetko zasahuje do našej schopnosti odovzdať sa slobodne našim manželom a prežívať sex ako lásku.

Niekedy nevieme, v čom je problém, ale vieme, že niečo „nie je v poriadku“, že čosi blokuje úplné sexuálne, emocionálne a duchovné spojenie s manželom. Opäť je vždy dobré vyhľadať odbornú pomoc, aby sme si pohovorili o všetkých škodách, ktoré sme napáchali, alebo ktoré nám spôsobili druhí. Tiež som prežila priame uzdravenie od Boha v tejto oblasti, keď sa nado mnou pomodlil kňaz modlitby za uzdravenie. Pre mňa neexistuje silnejší znak o svätosti a súhlase Boha s manželským sexuálnym vzťahom, ako je Boží zásah v mojom živote – to, že poskytol úplnú sexuálnu jednotu medzi mojím manželom a mnou.

Medzičasom som si uvedomila, že akákoľvek temná noc, keď „nevidím“ duchovnú skutočnosť manželskej lásky, si vyžaduje skutok viery rov-

nako ako v iných sviatostiach. Fyzické spojenie medzi mužom a ženou v manželstve naznačuje duchovné spojenie, ktoré Boh medzi nás vnáša. Občas mám o tom matnú predstavu, malý záblesk pravdy a zjavenia. No mnoho ráz je to ako pri ostatných sviatostiach – vedome nevnímam hlbšiu skutočnosť našej duchovnej lásky počas milovania.

–

Vzhľadom na konkrétne povinnosti, ktoré by zahŕňali Philipa v rámci reguly, som mala pocit, že by ich nebolo veľa. A tak som musela ísť hlbšie, aby som sa na neho vedome zamerala. Pamätám si, čo povedal pápež Ján Pavol II. pred mnohými rokmi, že lásku možno definovať ako „disponovanosť, prijatie a pomoc“. Tým som teda začala.

Ako môžem byť môjmu manželovi viac k dispozícii? Bola to otázka času. Keďže Philip pracoval celý deň mimo domu, a to päť dní v týždni, čas, ktorý som s ním mohla stráviť, bol obmedzený. Začala som vylučovať z mojich večerov nadbytočné záväzky, aby som mohla byť s ním, keď príde večer z práce. Rozhodla som sa, že na čas, keď sú už deti v posteli, si nebudem robiť nijaké pevné plány, aby som mu mohla byť k dispozícii.

Philip trávil veľa večerov prípravou do školy, ale na tom nezáležalo. Dôležité pre mňa bolo, aby som bola pripravená byť mu k dispozícii bez toho, aby ma tlačili neodkladné záležitosti. Možno som chcela pracovať na projektoch alebo si pozrieť nejaký televízny program, ale v mojej regule platilo, že ak si chcel Philip pohovoriť alebo iba tráviť čas so mnou, znamenalo to najvyššiu prioritu.

V zásade som si vyhradila pre neho sobotňajšie večery. Bol to večer, keď sme si dávali schôdzky! Vzhľadom na naše obmedzené financie to neznamovalo drahú noc vonku v meste. Spýtala som sa zopár priateľiek, ako trávia čas s manželmi, a vypočula som si niekoľko nádherných nápadov, ako vytvoriť doma špeciálnu atmosféru – od grilovania steakov pri pohári vína až po pozeranie videa s pukancami, hranie kariet alebo dokonca spoločné čítanie. Mala som to na pamäti, keď som nakupovala v potravinách. Ak si chcel vyjsť von s priateľom, aj to bolo dobré. Vždy tu bolo množstvo

**fyzické spojenie
naznačuje duchovné
spojenie**

drobností, ktoré som mohla urobiť, aby som vyplnila sobotňajší večer, keď sme boli sami doma! Stačilo iba byť mu k dispozícii a počítať s tým, že vo voľnom čase som tu prirodzene pre neho.

Ďalej som sa v mojej regule zamerala na predstavu Jána Pavla II. o prijatí. Rozhodla som sa, že sa budem vedome sústreďovať na svoj postoj láskavosti a ohľaduplnosti v každom slove, ktoré vyjde z mojich úst. Tiež som sa rozhodla, že ho budem viac povzbudzovať a venovať mu celú pozornosť pri každom vážnom rozhovore. Začala som učiť aj deti, aby nás nevyrušovali, keď sa rozprávame.

A posledné kritérium – pomoc – bolo jednoduché. Bolo len málo praktickej pomoci, ktorú som mu mimo mojich bežných materských a domácich úloh mohla ponúknuť. Našla som však zopár maličkostí, ktoré by som sem mohla zahrnúť: uistiť sa, že ráno je postavená voda na kávu, naplniť Philipov hrnček na kávu na cestu do práce, pripraviť mu obed a opýtať sa ho, čo chce mať na raňajky (obyčajne si ich robil sám).

Ako začať

Tu sa zamerajte na praktickú pomoc, ktorú od vás váš manžel každodenne potrebuje, a na čas, ktorý s ním strávite. Urobte to jednoducho. Položte si otázky:

- *Kedy môžem poskytnúť pravidelne určitý čas svojmu manželovi? Čo všetko môžem urobiť, ako napríklad naplánovať pravidelný čas spoločne vonku alebo špeciálne večery, ktoré prekonajú jednotvárnosť všedného života a pomôžu nám uvoľniť sa? Zapište si to.*

- *Potrebuje môj manžel pomôcť mimo domácich prác? Existujú nejaké drobnosti, ktoré oceňuje, niečo, čo mu pomôže trochu ulahčiť život? Potrebuje odo mňa nejakú pomoc pri práci? Kedy si tie veci môžem naplánovať do rozvrhu? V aké dni? V ktorej časti dňa?*

Zapište si to.

Ďalšie kroky

Bez ohľadu na to, čo ste si naplánovali, stredobodom reguly týkajúcej sa vášho manžela je vzťah, ktorý s ním máte. Dopriať si čas na uvažovanie a hodnotenie vášho manželstva je dôležité: v skutočnosti nikomu neublíži, ak si pravidelne vyhradíte čas, kedy by ste to robili, či už sama, alebo aj s manželom, ak sa dá (hoci si uvedomujem, že nie všetci manželia majú radi dlhé diskusie o manželstve!).

Spočiatku sa snažte zamerať na to, čo *vy* môžete zmeniť, alebo urobiť, a nie na to, čo má *váš manžel* nevyhnutne zmeniť. Niekedy sa nám chyby manželov zdajú veľmi jasné, a pritom nevidíme naše vlastné. Zapamätajte si však, že nemôžeme „prikázať“ manželom, aby sa zmenili, tak ako nemôžeme v okamihu zmeniť naše vlastné srdcia. Najlepší spôsob, ako uskutočniť pozitívnu zmenu v našom manželstve, je snažiť sa pracovať na vlastných chybách a správani. Ako som už spomenula, pápež Pavol VI. povedal, že najväčšia forma evanjelizácie je svedectvo vlastného príkladu a až potom slová. Ak odstránime najprv brvno z vlastného oka, budeme môcť jasnejšie poukázať na to, ako vybrať smietku z oka nášho manžela.

Premýšľajte o hlavných oblastiach spomenutých v tejto kapitole a zvážte, či nie sú vo vašom manželstve prekážky, ktoré bránia v dobrej komunikácii. Robíte niečo, čo núti vášho manžela, aby sa zdráhal komunikovať? Rozmýšľajte, ako by ste to mohli zmeniť. Existuje niečo, čo by ste mali robiť lepšie, ako napríklad byť pozornejšia alebo pozitívnejšia, keď sa s manželom rozprávate?

Sú nejaké oblasti, ktoré by ste mali manželovi odpustiť? Nejaké oblasti vo vašom manželstve, ktoré by ste mali vy alebo váš manžel vyjasniť, alebo treba vyriešiť vzájomné rozdiely?

Popremýšľajte, ako by ste mohli lepšie slúžiť svojmu manželovi. Sú nejaké maličkosti, ako mu prejavíť, že ho milujete? Akým spôsobom sa modlite za svojho manžela? Potrebuje viac modlitieb?

Existujú nejaké oblasti vo vašom sexuálnom živote, ktoré si musíte dôslednejšie usporiadať podľa mravných princípov sexuality v manželstve? Potrebujete zmeniť svoj postoj, čo sa týka sexu, aby ste sa skutočne stali darom pre vášho manžela? Potrebujete uzdravenie a pokánie v tejto oblasti? Potrebujete poradenstvo z objektívneho vonkajšieho zdroja?

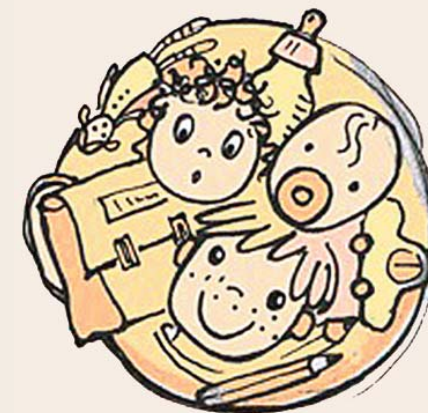
Preberáte plnú zodpovednosť s manželom za všetky oblasti vášho manželstva? Je nejaká oblasť, ktorej sa vyhýbate? Je nejaká oblasť vo vašom manželstve, v ktorej ovládate manžela? Ako to môžete zmeniť?

Spýtajte sa Ducha Svätého, aby vám ukázal, čo pre vás a vášho manžela zamýšľa, a aby vám odhalil každú oblasť, ktorá potrebuje zlepšenie.

[**zodpovednosť**]

Tretia prioritá v manželstve – partner – nás upriamuje na manžela. Potrebujeme sa zamerať na to, aby sme ho milovali a pomáhali mu našou pozornosťou, podporou a delili sa s ním o svoju jedinečnú osobnosť. Nejde o to, že nemôžeme túžiť po manželovej láske, alebo spoliehať sa na neho v našich slabostiach, či hľadať jeho povzbudenie alebo útechu podľa našich oprávnených osobných potrieb. Všetky sú dôležité a sú časťou Božieho plánu. Tretia prioritá nás však jasne pobáda k tomu, aby sme si osvojili svoju špeciálnu úlohu manželky – aby sme sa aktívne rozhodli milovať a stali sa vedomým kanálom milosti pre svojho manžela.

Matka Tereza často povzbudzovala svoje rehoľníčky, aby sa snažili milovať čo najviac, a nečakali, že ich budú milovať, aby chápali viac, ako ich samotné budú chápať, aby sa snažili slúžiť viac, a nečakali, že im niekto poslúži. A čo sa týka jej práce s chudobnými, vyhlásila, že dostala oveľa viac, ako dávala.



Šiesta kapitola

Štvrtá prioritá: rodič

V štvrtej prioritě sme povolaní postarať sa o povinnosti, ktoré sú pre rodiča prirodzené. Tak ako sme povolané milovať činnorodou láskou manžela, tak si musíme osvojiť ako poslanie aj *druhý cieľ* sviatosti manželstva; plodenie a vychovávanie detí. Z moci špeciálneho posvätenia, ktoré sme preberali v druhej prioritě, nás Boh uschoptil, aby sme aktívne milovali naše deti a splnili našu úlohu ako ich hlavných učiteľov.

Skrytá neúcta voči môjmu povolaniu matky

Raz na materskej dovolenke som sa prechádzala s dcérou v kočiaku a vybrala som sa po ulici pozrieť manžela, ktorý učil na miestnej strednej škole. Prišla som práve vo chvíli, keď zvonilo na koniec vyučovania a von sa vyrútila hŕba tínedžerov.

V tom okamihu som zostala celá nesvoja a na tvár mi vystúpila červen. Zažila som veľmi hlboký a cudzí pocit: bola som v rozpakoch! V rozpakoch! A to všetko preto, že ma videli, ako tlačím detský kočiak! V tej chvíli sa mi zdalo jasné, že to je niečo, za čo sa treba hanbiť. Celé moje vzdelanie a kvalifikácia v mojich očiach nič neznamenali, pretože aj nevzdelaný tínedžer môže tlačíť detský kočiak. Zdalo sa mi, že som zlyhala, pretože som nepracovala vonku na niečom „dôležitom“.

Trochu ma prekvapilo, keď som si uvedomila, že v skutočnosti nemám veľmi vysokú mienku o materskom povolání. Mala som pocit, že som iba gazdiná a opatrovatelka detí, a bola som presvedčená, že ma možno ľahko nahradí – že môže prísť hocikto a vychovávať moje deti tak dobre ako ja.

Ťažká a nečakaná voľba

Jedného dňa, keď mi už takmer vypršala šesťmesačná materská dovolenka, zavolať mi riaditeľ a opäť mi ponúkol pozíciu učiteľky, ktorú som zastávala minulý rok.

„Neviem...“ odpovedala som. „Jej, ani som nepomyslela na to, že by som sa mohla vrátiť späť do práce a ešte som to neprebrala s Philipom.“

„Nuž, ja na to čakať nemôžem, Holly. Musím to vedieť teraz.“

Vnútri som prežívala boj. Boli sme v Calgary noví a ešte vždy tu bolo pre nás cudzie. Nemala som rodinu, ktorá by sa mi postarala o dieťa, ani priateľov, ktorí by boli doma. Chcela som pracovať, ale nebola som si istá, či by som mohla dieťa nechať len tak s cudzími ľuďmi. Potrebovala som čas na rozmyslenie.

„Potrebujem si o tom pohovoriť s mojím manželom,“ zopakovala som.

„Mrzí ma to, Holly, nemám čas čakať. Chcete tú prácu, alebo nie? Potrebujem teraz počuť áno, alebo nie,“ oponoval riaditeľ.

Spomenula som si na niečo, čo mi Philip povedal o múdrosti nikdy sa nenechať pritlačiť do rozhodnutia, najmä ak to nie je možné najprv prediskutovať s manželom. Tak som mu dala odpoveď: „Dobre teda, myslím, že moja odpoveď je nie.“

Keď som zavesila telefón, celý život sa mi bez varovania otočil o 180 stupňov. Náhle som išla úplne iným smerom, odlišným od toho, ktorým som sa uberala celé roky.

Prečo ma Boh zaviedol na cestu učiteľky, premýšľala som, ak nemám byť učiteľkou?

V tej chvíli som musela urobiť jeden hlavný skutok viery, že Boh vedel, čo robí, no ja som si nebola istá, či to dokážem! Natrafila som vtedy na

niečo, čo povedala misionárka Elizabeth Elliotová a čo ma sprevádzalo ďalej, až kým som tomu lepšie porozumela. Povedala, že pre vyšší cieľ sa musíme naučiť obetovať aj dobré veci; že aj keď chápeme, prečo treba vytrhať burinu zo záhrady, nie je také ľahké pochopiť, prečo musia uhynúť aj samotné kvety. Vyhlásila, že podľa Božej múdrosti musia zvädnúť aj lupienky kvetov, hoci sú nádherné. A v tomto zmysle som pochopila, že *niekedy sa musí obetovať aj to, čo je dobré, v záujme ešte väčšieho dobra.*

[povolanie matky]

Pochopila som, že existuje hierarchia dohier a že moje povolanie matky prevyšuje budovanie vlastnej kariéry. Potreby mojej rodiny museli byť v mojom živote na prvom mieste. Vedela som, že tento základný princíp by mal určovať, ako budem nakladať so svojím časom a silami. V tej chvíli a za tých podmienok moje bábätko potrebovalo, aby som bola doma. Pre nás všetkých platí, že v regule musíme poskytnúť potrebný čas a pozornosť našim deťom, aby sme naplnili ich potreby.

Kultúrny šok

Zažila som obrovský kultúrny šok. Moje skúsenosti a výchova ma pripravovali na to, aby som prevzala miesto na pracovisku. Takže keď som zostala doma, mala som pocit, akoby bol môj život bezvýznamný a akoby nemal skutočný cieľ. Pamätám si, ako som pozorovala malé deti od susedov, ktoré prechádzali ráno popod moje okno, desiate v rukách a školské tašky na pleciach, smiali sa a len si tak drkotali, a ja som premáhala smútok. Žiarlila som na deti! Tiež som chcela ísť do školy a cítila som sa ako väzeň v svojom osamelom malom svete doma. Všetko, čím som bola, na čo som sa pripravovala a čo som vždy chcela robiť, sa rozplynulo. V jednej chvíli som povedala Philipovi: „Cítim sa, akoby som sa vzdala všetkého okrem môjho života, mojej viery a mojej rodiny.“ Mala som pocit, akoby veľká časť zo mňa odumrela.

Oplakávala som svoju kariéru učiteľky, lebo som cítila, že ma na to povolal Boh. Teraz som však zbadala hlbšiu potrebu srdca a nové volanie od Boha, aby som bola doma s dieťaťom. Viedlo to k rozpoltenosti rozumu a srdca, čo si vyžiadalo veľa rokov čítania a skúmania, modlenia a úvah, sviatostí a priameho uzdravovania Bohom, aby som to dokázala prekonať.

Trvalo mi dlhý čas, kým som si uvedomila, že si ma Boh *vyvolil*, aby som bola matkou, a že ja sama som si zvolila byť matkou. Chvíľu to trvalo, kým som pochopila – áno, moje talenty, záujmy a výchova – to všetko boli dôležité veci, ale moje súčasné rodinné povinnosti prevážili akékoľvek volanie zvonku na dosť dlhý čas.

Postupne som sa naučila, že tá zdanlivo všedná a nedôležitá práca matky – milovať Boha, žiť sväté manželstvo a vychovávať šťastné, vyrovnané a sväté deti – je vo veľkolepom programe Božieho plánu dôležitejšia ako mnohé tie projekty a ambície, ktoré som mala v iných oblastiach. V priebehu rokov som sa musela naučiť, že vzťahy sú dôležitejšie ako úlohy, že *byť* je dôležitejšie ako *robiť*.

**byť je dôležitejšie
ako robiť**

Objav materského poslania

Pretože v skutočnosti sme povolané k materskému poslaniu. O takom niečom som však predtým neuvažovala.

Zostala som doma s rozrastajúcou sa rodinou niekoľko ďalších rokov, ale často som si pripadala znudená a nepokojná. Nevedela som presne, čo mám s deťmi *robiť*. Stále sa mi zdalo, že ich iba „pozorujem“. Mala som pocit, že mám prácu, na ktorú som nebola vyškolená. V materstve samom osebe som určite nevidela poslanie. A pre lepšie nasmerovanie som ani nemohla nájsť inšpiráciu vo svojom detstve. Ako malá som bola buď chorá, alebo som veľa spávala a mama, keďže pracovala na plný úväzok, mi neposkytla model, ktorý by som mohla napodobniť.

Potom sa mi naskytna zaujímavá príležitosť. Božou prozreteľnosťou mi ponúkli prácu vedúcej katechétky na polovičný úväzok vo veľkej farnosti v susednom meste. Chopila som sa jej nielen preto, že som to chcela, ale aj preto, aby som mohla vhuľnúť do toho, čo som v tom čase považovala za normálnejší životný štýl, taký, ktorý mi bol dobre známy.

Ten prvý rok bol úplne blažený. Bolo úžasné dostať sa von z domu a robiť niečo „zmysluplné“ namiesto domácich prác a čítania rozprávok pre najmenších. Najťažšie na tom bolo nechať mojich najmenších známej, ktorá ich postrážila, a to najmä dvojročného Nickyho, ktorý tam pri mojom odchode sedel so sklonenou hlavou a lakťami sa opieral o kolená. Srdce mi išlo pre neho puknúť, ale umlčala som pocity viny a bolesti a nechala som ho tak. Keď som mala voľno, bol na mňa veľmi agresívny. Trvalo mi zvyšok týždňa, kým bol opäť sám sebou a všetko sa to začalo odznova.

Prácu katechétky som považovala za výzvu a inšpiráciu a bezhlavo som sa do nej vrhla. Ako bežal čas, začala som si všímať obrovské potreby detí, s ktorými som pracovala. Bolo frustrujúce diktovať základné modlitby deťom v ôsmom ročníku, ktoré o nich nikdy nepočuli. Pamätám si na šiestu triedu, ktorá nemala ani poňatia o kráľovi Herodesovi, nehovoriac o tom, že prenasledoval malého Ježiša, alebo že Mária a Jozef museli pred ním utekať do Egypta. Šokovalo ma, že po rokoch vyučovania náboženstva nevedeli deti o tom, kto je pápež, definovali *milosť* ako modlitbu, ktorá sa hovorí pred večerou, a nevedeli určiť tri osoby Najsvätejšej Trojice.

Potreby boli také obrovské, až som sa začala obávať, že moja snaha je iba povrchné riešenie, obyčajný obväz na hlbokú ranu v dnešných rodinách. Bežne som videla, že mnohí rodičia nevedú svoje deti vo viere a myslia si, že vyučovanie náboženstva jednu hodinu týždenne, dvadsať hodín za rok, vyrieši situáciu. Poviem vám, nevyrieši! Začala som uvažovať, či to, čo robím, má *naozaj* zmysel. Nebola som schopná venovať sa hlbším problémom. Nemohla som tráviť viac času s tými deťmi. Rodičia musia byť hlavnými učiteľmi svojich detí; ja ich predsa nemôžem nahradiť. Naplnená rozhorčením som sa opýtala samej seba: „Čo *môžem* urobiť, aby sa spoločnosť naozaj zlepšila?“

A odpoveď ma priviedla rovno do môjho vlastného domova.

Vychovávanie detí v kresťanskom pohľade na svet je najväčším príspevkom pre spoločnosť, aký môžem urobiť; dať svetu zdravých, svätých občanov, ktorí rozšíria svoj vplyv exponenciálnym spôsobom, ktorý by som nedosiahla sama svojím biednym úsilím. Moja práca s deťmi bola jadrom spoločenskej zmeny. Objavila som materské *poslanie!*

Vedela som, že sa nemôžem zameriavať na svoje poslanie a stále vykonávať ten druh práce, ktorý som robila pre farnosť. Práca katechétky bola náročná a vyžadovala si veľkú zodpovednosť a veľa duševnej sústrednosti. Už som zažila dosť veľký stres, keď som sa snažila splniť základné požiadavky obidvoch zamestnaní. Len s veľkým smútkom som predložila svoju výpoveď, ale vedela som, že sa musím venovať dôležitejšej práci, a to byť doma s deťmi.

Krása a dôstojnosť rodičovstva

Keď som prestala pracovať mimo domu, Nicholas sa upokojil a bol spokojnejší. Len *ma* potreboval. Nebola som *nahradiateľná!* Sama som bola povolaná byť so svojimi deťmi, Boh dal moje deti práve *mne* a nie niekomu inému. Podľa Božieho plánu bola moja jedinečnosť šitá na mieru pre moje jedinečné deti. Mala som motiváciu horlivejšie študovať o materstve, aby som o ňom zistila, čo sa len dá. Čoskoro som natrafila na učenie, ktoré úplne zmenilo môj názor.

Philip a ja sme mali jednu zimu prednášať pre skupinu pripravujúcu sa na manželstvo a v manželskej príručke sme natrafili na požiadavku, že „rodičia zobrazujú prácu Boha pri stvorení“. Hmm... to bola zaujímavá myšlienka! Vylovila som svoju Bibliu, otvorila *Knihu Genezis* a premýšľala som: „Čo vlastne Boh *robil* pri stvorení?“ Ako som tak čítala, ako by mi niekto nadvihol závoj; uvidela som jasne Boží úmysel pre rodičovstvo od začiatku. Vždy som vedela, že sa s Philipom zúčastňujeme na Božom tvorení tým, že sme otvorení pre život a máme deti. Neuvedomila som si však, že *všetko, čo robím ako rodič*, v skutočnosti znázorňuje prácu Boha.

**to, čo robím ako rodič,
znázorňuje prácu Boha**

Bolo mi jasné, že tak ako Boh poskytol Adamovi a Eve jedlo, prístrešie a všetko, čo potrebovali pre život, rovnako aj my s Philipom sme povolani zabezpečiť jedlo a prístrešie. Všimla som si však, že Boh stvoril aj *raj*, a tak bol aj môj dom povolaný byť malým rajom, miestom krásy, pokoja a harmónie.

Tak ako sa Boh prechádzal a rozprával s Adamom a Evou, rovnako som aj ja povolaná mať milujúci vzťah a dôvernú komunikáciu s mojimi deťmi.

Tak ako Boh vliat poznanie do Adama a Evy, aby prežili a spravovali stvorenia, rovnako som aj ja povolaná vzdelávať svoje deti, deliť sa s nimi o dar viery, ktorú som prijala, a tiež ich naučiť zručnostiam a vedomostiam, ktoré potrebujú na život v spoločnosti, aby tak z nej mohli urobiť lepšie miesto.

Postrehla som, že tak ako dal Boh Adamovi a Eve úlohu obrábať záhradu v raji, rovnako aj ja mám vychovávať svoje deti, aby pracovali, zverovať im zodpovednosť, aby si formovali charakter, a dávať im úlohy týkajúce sa starostlivosti o náš domov.

Ako Boh vládol nad Adamom a Evou, dal im regulu (pravidlá) a uplatňoval ju, takisto my s Philipom sme povolani vládnuť nad svojimi deťmi, viesť ich a vychovávať. A rovnako ako Boh odpustil potomstvu Adama a Evy ich vzburu, ako sa sklonil a vyrobil pre nich oblečenie, tak isto aj ja mám odpustiť svojim deťom každý priestupok a prikryť ich hriechy láskou. No keďže Adam a Eva museli odísť z rajskej záhrady pre svoje vlastné dobro, spoznala som, že nesmiem nevyhnutne chrániť deti pred samotnými dôsledkami ich skutkov.

Na tomto vidíme, že *rodičia zobrazujú prácu Boha pri stvorení*. Aké ušľachtilé a vzrušujúce povolanie máme! Kolká dôstojnosť je priradená aj tej najnudnejšie vyzerajúcej úlohe! Každý skutok, ktorý vykonáme pre naše deti alebo s nimi, odráža Božiu lásku, ktorú Boh preukázal pri stvorení. Moja vlastná nevšimavosť k svojmu povolaniu mi predtým bránila vidieť

jeho krásu. Teraz ma však pravda oslobodila. Už som nemala dojem, že robím niečo menej dôležité.

Máme skutočné, dôležité a nenahraditeľné poslanie – osobné poslanie vychovávať naše deti. Ako povedal pápež Ján Pavol II. v svojom *Liste rodičom*, „výchova detí sa považuje za opravdivý apoštolát“.

Poskytnúť katolícku vzdelanie

Toto poslanie znamená, že som povolaná vychovávať svoje deti *aktívne*, nie ich iba „pozorovať“ ako ich pestúnka. Kto iný ich naučí všetko, čo potrebujú vedieť v tomto živote? Kto ich privedie k Bohu, ak to neurobíme my s Philipom? Spolu s manželom som *ja* mala výchovný vplyv na život mojich detí. *Ja* som bola tou, ktorá bola povolaná ich formovať a pripravovať na tento svet i na ten druhý. *Ja* som bola hlavným učiteľom mojich detí. Bola to výsada, ktorú by som už nikdy viac nepodceňovala.

Ďalšou otázkou bolo, *ako* ich mám vychovávať? Vedela som, že musím deťom poskytnúť katolícku vzdelanie, ale v našej oblasti neboli katolícku školy. Vzhľadom na tieto naše okolnosti a na moju túžbu realizovať sa, som si uvedomila, že mám potrebné vedomosti na to, aby som ich dokázala vzdelávať doma. Verila som, že to Boh žiada od našej rodiny. Zanietená som preskúmala potrebné vedné disciplíny, ako aj vzdelávací proces. Postupne som sa v tom vzdelávala a určila som vyrovnané a úplné učebné osnovy, ktoré som rokmi postupne doladzovala.

Veľmi dôležité je, aby sme si ako matky či ako rodičia uvedomili, že pri každom vzdelávaní, a to aj pri akademickej dokonalosti, je najdôležitejší široký vedomostný základ a dôkladná intelektuálna výchova. Povinnosťou nášho povolania je, aby sme to deťom zabezpečili, či už vzdelávaním doma, alebo výberom dobrej školy.

Keď však prešli prvé mesiace, začala som pociťovať, že to ešte nie je všetko. Čo to znamenalo pre mňa a Philipa – *ako rodičov*, nie ako učiteľov – byť hlavnými učiteľmi našich detí? Čo to znamenalo poskytnúť im

pravú katolícku výchovu? Muselo to byť niečo viac ako iba matematika alebo hodiny čítania, viac ako samotná teória. Začalo sa pre mňa obdobie dlhoročného hľadania odpovedí.

formovať osobnosti

Po čase prišla odpoveď: rodičovstvo je výzva formovať *osobnosti*. Sme povolani priniesť Boha do duší našich detí, pravdu do ich myslí, zabezpečiť zdravie ich tiel, zručnosť ich rúk, vniesť krásu a tvorivosť do ich srdiec

a v tom všetkom pestovať čnosť, vôľu a svätosť ich duší. Vzdelanie, ktoré im musíme poskytnúť, musí ísť ešte ďalej, ako je zvládnutie troch základných znalostí (čítanie, písanie a počítanie) a to aj mimo odbornej prípravy či prípravy na povolanie.

„Vzdelanie v podstate spočíva v príprave človeka na to, kým má *byť*, a na to, čo musí *robiť* tu dole, aby dosiahol ušľachtilý cieľ, pre ktorý bol stvorený,“ napísal pápež Pius XI. Takéto vzdelanie má teda aj prirodzené, aj nadprirodzené ciele. Spoznať nadprirodzené ciele – vyjadrené v dôraze na náboženský a mravný rozvoj – je to, v čom sa opravdivá katolícka výchova odlišuje od bežnej výchovy.

Takáto výchova má mnohé názvy – katechéza, rozvoj osobnosti, cvičenie vôle, praktizovanie čností, sebadisciplína. Mravný a náboženský tréning pozýva naše deti, aby *nasledovali Ježiša, vždy si volili dobro a vyhýbali sa zlu*. To je jadrom mravnej dokonalosti a jadrom kresťanského vzdelávacieho procesu. Neobmedzuje sa na žiadnu triedu, ale preniká celý život dieťaťa. Je to cvičenie, kde vôľa a rozum prevláda nad emóciami, o ktorom sme hovorili v kapitole „Vlastná osoba“.

Toto všetko znamená, že cieľom opravdivého vzdelania je motivovať naše deti, aby sa stali svätými! A tak sa musí náboženská výchova, etika, čnosť a mravnosť stať jadrom nášho vyučovania ako rodičov. Skúsenosť našich detí s celým svetom vedomostí musí byť zatrešená kresťanským svetonázorom skrze milosť.

Všetko toto som považovala za podnetný cieľ, ale ako som ho mala uskutočniť? Musela som ísť na to prakticky.

Priviesť deti do kontaktu s Bohom

Zistila som, že deťom môžem dokola rozprávať o Bohu, ale to samo osebe nemá význam. Podobne ako my aj deti potrebujú priamy kontakt s Bohom. Našou prvou úlohou je pomôcť deťom, aby mali prístup k Božej milosti. Môžeme to urobiť rozličnými spôsobmi: vziať ich pravidelne na svätú omšu a na spoveď, viesť ich k osobnej i rodinnej modlitbe ako bežnej súčasť ich každodenného života, dať im Bibliu a iné modlitebné pomôcky, aby ich to povzbudilo. A vždy sa za ne môžeme, pravdaže, modliť.

**deti potrebujú
kontakt s Bohom**

Okrem toho ich môžeme učiť o viere, odpovedať na ich otázky vzhľadom na to, v čo vlastne veríme a prečo. Môžeme im čítať podnetné príbehy o svätých a čnostiach, ktoré nájdeme v knihách, časopisoch, katolíckych komiksoch, videokazetách o svätcoch – môžeme využiť čokoľvek, čo pritiahne ich pozornosť a čo budú čítať či pozeráť. Tiež sa môžeme snažiť, aby sa pohrúžili do milujúcej kresťanskej kultúry tým spôsobom, že im vytvoríme harmonický domov a zmysluplné kresťanské rodinné tradície: oslavovanie prikázaných sviatkov, oslavy krstín, špeciálne jedlá, remeslá či iné zvyky, ktoré sa konajú okolo hlavných liturgických období v roku.

Všetky tieto zvyky znamenajú dobrý začiatok, ale treba robiť ešte viac.

Stať sa príkladom, živým svedkom

Jedného dňa som počula, ako sa osemročná Anna dosť netrpezlivo zhovára s mladším súrodencom, a pritom som si znepokojene uvedomila, že to znelo rovnako ako ja! Naše deti nás napodobňujú až po spôsob, akým rozprávame. Takže o čo viac sa budú na nás pozeráť ako na životné vzory!

Naše deti potrebujú vidieť, že našu vieru prežívame v plnosti, že náš svetoznátor je preniknutý kresťanskou pravdou, a tiež vidieť našu vernosť mravným princípom viery. To sa vzťahuje na všetko, od viery v Eucharistiu až po upratanie postele, keď vstaneme. Siahaj to dokonca až po naše postoje, pretože sotva ich môžeme učiť o ochotnom duchu a nesažujúcej sa veselosti, ak reptáme zakaždým, keď máme utrieť rozliatu škvrnu alebo si kľaknúť na modlitbu!

Práve preto naplniť svoje povolanie rodiča znamená v prvom rade dávať dobrý pozor na prvé tri priority. Nemôžeme odovzdávať vieru alebo mravný poriadok, alebo vyrovnaného ducha, ak to sami nepraktizujeme. Nemôžeme byť príkladom čnosti vo vzťahoch, ak ju nepreukazujeme vo vlastnom manželstve. Vyžaduje si to ustavičné obrátenie, naše sebaovládanie, našu modlitbu a spoliehanie sa na Boha. Ak nedokážeme my sami dodržiavať svoju regulu, nemôžeme veľa očakávať ani od svojich detí.

Byť kanálom Božej lásky

Naša láska k deťom musí odrážať vzťah Boha k Adamovi a Eve. Podľa slov Jána Pavla II. potrebujeme sa im dať viac k dispozícii a prijímať ich srdcom, myslou a telom. A musíme ich milovať tak, že robíme to, čo je pre ne najlepšie.

Dať sa *k dispozícii* znamená stlmiť všetky myšlienky a projekty, ktoré neprestajne zamestnávajú moju myseľ, a nájsť si čas a priestor pre svoje deti v mojom zaneprázdnenom živote. Musím byť schopná prestať robiť to, čo robím, nájsť si čas, aby som sa každému z nich pozrela do očí, počúvala ho a reagovala na jeho potreby. Nemôžem urýchliť môj kontakt s nimi, lebo mám na práci niečo „dôležitejšie“. Už nemôžem byť neprítomná duchom „Áno, dobre, zlatko, dám ti, čo len chceš...“, len aby som pokračovala vo svojich záujmoch a nevšímala si ich prítomnosť či ich potreby.

**dať sa
k dispozícii**

Potrebujem ich aj viac *prijímať*. Každé z nich Boh stvoril ako jedinečnú bytosť. Potrebujem s nimi tráviť čas a skutočne spoznať každé z mojich detí, objaviť ich jedinečné talenty a záujmy, ich osobné slabé i silné stránky. Až potom ich môžem povzbudiť takým spôsobom, ktorý potrebujú, a pomôcť im prekonať ich starosti.

A milovať ich mám tak, aby som robila to, čo je pre ne najlepšie. To pre mňa všetko zjednodušilo. Je pre ne priveľa bufetovej stravy to najlepšie? Je pre ne to najlepšie, keď ich nechám,

aby sa bili? Je pre ne to najlepšie, keď

sú v noci často pridlho hore, alebo keď

každý deň vyspávajú, alebo keď si ne-

urobia doma svoje povinnosti? A keď

usilovne pracujú celé týždne, ale sú už

apatické, zničené, či znechutené nekonečnou jednotvárnosťou matematiky

a angličtiny, môžem považovať prísne dodržiavanie rozvrhu za to, čo je pre

ne *najlepšie*? Nebol by deň voľna, nejaká spontánna a tvorivá činnosť to naj-

lepšie, čo by im pomohlo pozdvihnúť ducha a osviežiť sa?

Vedela som, že občas narazím na ich vzdor. Deti zjavne nechcú vždy

to, čo je pre ne najlepšie! Bola som presvedčená, že ak budem robiť svoje

rozhodnutia na základe vyššieho princípu a čnostejších priorít, a nie na zá-

klade ich detinských rozmarov alebo mojich sebeckých túžob, lepšie pocho-

pia (hoci by to chcelo dlhšie vysvetľovanie), že som sa snažila iba o ich

dobro, a aj ony samy si to napokon zamilujú. Ak budú vedieť, že *skutočne*

konám iba v ich najlepšom záujme, budú takmer nútené ma nasledovať,

pretože deti sú viac než len ochotné nasledovať inšpiratívneho vodcu. Výzva

je teda na mne: získať si dôveru a lojalitu mojich detí tak, že sa budem

vždy skutočne usilovať robiť to, čo je pre ne to najlepšie.

Azda to najjednoduchšie z tohto všetkého, hoci mnoho ráz zároveň aj

to najťažšie, je preukazovať im svoju lásku a odzrkadľovať tak Božiu lásku

k nim tým, ako budem s nimi zaobchádzať. Príliš často som sa pristihla, že

oveľa úctivejšie sa rozprávam s cudzincami a dospelými ako s mojimi vlast-

nými deťmi. No milovať naše deti znamená správať sa k nim s rovnakou

ohľaduplnosťou, úctou a slušnosťou, s akou chceme, aby sa ony správali

k nám, alebo s akou by sme sa správali k dospelému, k pápežovi, Matke Te-

reze alebo k samotnému Pánovi.

Keď v tomto zlyhám, vyznám sa z toho pri spovedi.

Autorita na vychovávanie našich detí

Dlhý čas som si nebola istá tým, čo znamená opravdivý kresťanský pojem

autorita. Vedela som, že sa mi to príliš často plietlo s „autoritárstvom“. Ja som

však nechcela uplatňovať svoju moc a vládu nad svojimi deťmi takýmto spô-

sobom. Nechcela som, aby ich jediným motívom dobrého správania bol strach

zo mňa alebo strach z trestu, ako to bolo často u mňa, keď som bola dieťaťom.

Bola som ešte dievča, keď som spoznala, že strach ani trest mi nedali nijaké

mravné ponaučenie, ani ma nevedli k prevzatiu zodpovednosti za svoje skutky.

Naopak, iba mi poskytli výhovorku skrývať sa, preklzavať, klamať a snažiť sa,

aby ma nepristihli. A nakoniec ma to všetko iba viedlo k vzbure.

Nie, chcela som viac pre svoje deti a aj pre mňa ako rodiča. Uvažovala

som o tom, ako Panna Mária vychová-

vala Ježiša; určite to nebolo krikom

a hulákaním, ani vyhrážkami či tresta-

ním. Možno to bolo skôr ako u pani Duf-

fyovej, učiteľky v mojom druhom

ročníku. Pani Duffyová bola ako med.

Nič neurobila, iba sa usmiala a ja som sa cítila dobre. Raz som ju oklamala.

Povedala som jej, že už mám hotovú prácu z matematiky, tak jej môžem po-

moť lepíť hviezdy na našu nástenku na dverách šatne. Keď prišla na moju lož,

zavolala si ma k stolu, vytiahla svoju drevenú lyžicu a poriadne mi ňou po-

klopkala po ruke. Usmiala som sa. Aj jej potrestanie bolo jemné a milosrdné.

Naozaj si myslela, že to bolí?

No potom som sa jej pozrela do očí. Nie, to nebola tvrdosť trestu, ktorá

ma naučila dokončiť si úlohu z matematiky a už nikdy neklamať pani Duf-

príjímať ich

získať si dôveru
svojích detí

fyovej. Bolo to tým, že už som nikdy nechcela vidieť ten výraz zranenia a sklamaní na jej tvári.

Boh nám ako rodičom dáva autoritu, aby sme viedli svoje deti a urobili z nich učeníkov. Slovo *disciple* (z ang. – učeník) je odvodené od *discipulus*, čo znamená „študent“. A preto je základom každej disciplíny učiť, alebo presnejšie vo vzťahu k rodičovskej úlohe školiť svoje deti do života. A to všetko sa začína tým, že svedčím svojim deťom o čnostiach a žijem s nimi v láskyplnom vzťahu.

No učiť ich je oveľa vedomejší a aktívnejší proces. Tak ako si inštalátor najíma pomocníka, ukazuje mu, akú prácu má robiť, vysvetľuje, ako to vykonať, a pomaly mu dáva čoraz viac praktickej zodpovednosti, tak sú aj rodičia povolani viesť svoje deti. Musela som žiť život so svojimi deťmi, pomáhať im, aby sa zúčastňovali na tom, čo robím ja, usmerňovať ich a vysvetľovať im, dovoliť im, aby si veci odskúšali, a postupne im dávať čoraz viac zodpovednosti.

To sa môže prejavovať veľmi prakticky. Keď utieram stôl, nechám aj ich, aby ho utierali so mnou. Vysvetlím im, ako to majú urobiť, a nechám ich, aby si to vyskúšali. Nakoniec, ak sú v tom šikovné, poverím ich ďalšími úlohami. A tak je to aj v našich modlitebných životoch. Pozvem ich, aby sa modlili so mnou, rozoberieme si to, ukážem im to, vysvetlím a postupne ich povzbudzujem, aby si to vyskúšali osamote, ako aj počas modlitby s rodinou.

Autorita rodičov zahŕňa tiež schopnosť robiť rozhodnutia za rodinu a očakávať, že sa tieto budú presadzovať a dodržiavať. Tieto rozhodnutia sa nerobia na základe našich sebeckých rozmarov či svojvoľných túžob, ani len zo zvyku dávať rozkazy. Naša autorita daná od Boha tkvie v práve a v povinnosti rozhodovať sa na základe vyšších mravných zákonov, ktoré sú rodičia aj deti povinné dodržiavať. To, čo od našich detí žiadame, aby konali, sa musí zakladať na skutočnom a opodstatnenom dôvode, *na skutočnom dobre v prospech dieťaťa, rodiča a na všeobecnom dobre rodiny.*

ŽÍŤ SO SVOJÍMI
DEŤMI

Máme právo povedať „Nebite sa“, „Nekradnite“ a „Neodvráajte“, pretože všetkých nás spája Boží príkaz, aby sme sa navzájom milovali. Vysvetliť oprávnený dôvod našej žiadosti, ba až príkazu nie je pre rodiča iba nevyhnutné; naše dieťa má právo *vedieť*, prečo to žiadame. Vysvetlenia, ktoré im dáme, sa stanú príležitosťami, aby sa naše deti učili a rástli.

Pestovať poslušnosť

To, čo od našich detí očakávame, musíme im aj dobre vysvetliť, musí im to byť úplne jasné a musíme na ne dohliadať a ak treba, aj im pomôcť. Musíme sa zapájať do pokusov našich detí robiť to, čo by mali, a pomáhať im v tom, čo ony samy nedokážu.

Ak však dieťa odmieta dodržiavať naše oprávnené príkazy, máme ako rodičia povinnosť postarať sa o to, aby nás poslúchali. Dieťaťu nepreukážeme službu lásky, keď mu dovolíme robiť si všetko po svojom. Neposlušnosť a sebeckosť odrážajú viac hriech Adama a Evy ako čnosť Krista. A ak nebudem ja ako rodič učiť svoje deti poslušnosti, kto potom? Ako budú v živote dosť disciplinovaní na to, aby si plnili povinnosti, ktoré bude od nich vyžadovať zamestnávateľ? Ak nebudú poslúchať svoju matku, ktorú vidia, ako sa naučia poslúchať Boha, ktorého nevidia?

Existuje množstvo dôsledkov, ktoré pochádzajú z toho, ak dieťa odmieta poslúchať. Pohovoríme si a vysvetlíme, čo Boh očakáva od svojich detí a prečo, keďže často je to náboženský motív, ktorý má najväčší význam a účinok. Dieťa môžeme aj vystríhať pred tým, čo robí, tak ako to urobil Boh s Kainom, a viesť ho k tomu, aby zmenilo svoj názor (nezabudnite mu povedať, že budete na neho hrdí, ak tak urobí). Môžeme ho poslať do druhej izby, kým nebude pripravené vrátiť sa a poslúchať; pretože ako poznamenal Dostojevskij vo svojom diele *Zločin a trest*, najhorším následkom zo všetkých je byť „izolovaný mimo spoločenstva ľudí“. Môžeme mu obmedziť privilégia na istý čas alebo jednoducho nechať z daného skutku plynúť prirodzené dôsledky – horúceho sporáka sa už potom pravdepodobne nechytí. A niekedy musíme byť neoblomní, trvať na svojom a vyčkať. Keď dieťa zbadá, že samo to len tak neprejde, často zmení názor.

Veľmi dôležité však je, aby dieťa samo urobilo rozhodnutie, že bude poslúchať. Slobodná vôľa je darom od Boha a nie čosi, čo mu máme právo zobrať. Lepšie je, ak dovoľíme dieťaťu zakúsiť negatívne dôsledky neposlušnosti, ako aby sme zneužili jeho vôľu tým, že ho budeme nasilu nútiť, aby splnilo to, čo od neho chceme. Môže to byť jednoduché, ako: „Dobre, ak si nechceš upratať izbu dnes ráno, ako som ťa žiadala, je to tvoje rozhodnutie, ale nečakaj, že pôjdeš k počítaču alebo televízii, či k telefónu, pokiaľ to neurobiš.“ Alebo mu môžeme dať viac času na jeho rozhodnutie: „Prečo nejdeš von na dvor a nevrátiš sa vtedy, keď budeš ochotný upratať si svoje veci?“

**zakúsiť negatívne
dôsledky neposlušnosti**

Chceme teda viesť deti k poslušnosti a tiež naliehať, ak je to potrebné, ale vždy im umožniť, aby znášali dôsledky, vlastnej neposlušnosti. Musíme rešpektovať ich slobodu. To robí aj Boh.

Taktiež je veľmi dôležité, aby sme rozlišovali medzi jednotlivými skutkami neposlušnosti a bežným zvykom vzdorovitého správania sa. Čo sa týka toho druhého, často sú za tým hlbšie faktory, ktoré sa musia preskúmať skôr, než sa uponáhľame s akýmkoľvek trestaním. Vždy existuje dôvod, prečo sa dieťa dlhodobo nespráva dobre. Môže to byť niečo v mojom rodičovskom správaní: napríklad som panovačná alebo príliš náročná, alebo dobre nepočúvam. Dieťa môže mať svoje osobné problémy, ako pubertálne zmeny nálad, frustrácie vyvolané priateľmi alebo vlastnou osamelosťou. Vzdorovitosť ako zvyk môže byť aj znakom znechutenia a snahy vzbudiť pozornosť akýmkoľvek spôsobom, či už dobrým, alebo zlým. Jej príčiny môžu byť aj fyzické: nedostatok spánku, nedostatočná výživa alebo zlý zdravotný stav.

Tu je dôležité objaviť korene negatívneho správania a pracovať na nich. Uistite sa, že dieťa dbá na dobré návyky, či ide o dostatok spánku, správnu výživu, dostatočný oddych a uspokojujúce bežné práce, ktoré rozvíjajú energiu a elán. Dostatočne s dieťaťom komunikujte, rozprávajte sa o jeho problémoch a pestujte povzbudivý láskyplný vzťah. Málo pozornosti

alebo lásky, pochopenia a súcitu môže radikálne zmeniť bežný postoj dieťaťa. Dajte mu vedieť, že je „dobrým“ dieťaťom a ako mama ho považujete za dobré. Deti sa tak často búria, aby dosiahli stupeň našich očakávaní. Ak si o nich tajne myslíme, že sú to rebeli, zvyknú aj konať ako rebeli.

*Mama musí myslieť vážne to, čo hovorí,
a presadzovať to*

Aby som naše deti pozitívne ovplyvnila a dobre ich vychovala, potrebovala som dostať lekciu v tom, že mám byť zásadová. To môže byť ťažké! Niekedy by bolo oveľa ľahšie, keby som ich nechala, aby si ma nevšímali, alebo keby utiekli, keď im poviem, aby niečo urobili. Môže to dosť liezť na nervy, keď treba vstať z gauča alebo položiť šálku kávy, aby som skontrolovala, či urobili to, čo som im povedala. A niekedy sa cítim, akoby som bola vyčerpaná bojom! Viem, že som celé roky tvrdo pracovala na tom, aby som ich dostala do laty, a predsa som často mala pocit, že zlyhávam.

Uvedomila som si však, že ak by som na ne nedohliadala a nevyžadovala od nich poslušnosť, z veľkej časti by som ja bola na vine, ak by ma deti po čase ignorovali. Všetko je vyjadrené v malom motte: Mama myslí vážne to, čo hovorí, a ochotne to presadzuje.“ Moje deti potrebujú *vedieť*, že mamine slová nie sú prázdne a nezmyselné.

Najdôležitejšie však je, že som si musela vo *svoj* prospech stále dokola opakovať toto motto: „Mama myslí vážne to, čo hovorí...“ Najprv som sa musela presvedčiť, či to, čo od nich žiadam, je rozumné a opodstatnené. To mi pomohlo obmedziť každú nepotrebnú požiadavku, ktorú som kládla na svoje deti, a znížiť počet incidentov, ktoré by si dieťa mohlo vyložiť ako výzvu.

„... a ochotne to presadzuje.“ Po druhé som si musela *nájsť čas*, aby som sa mohla zaoberať vecami, ktoré boli opodstatnenými príkazmi, takými, ktoré *by mali* deti urobiť. Príliš často sme nepozorní a zanepřázdení, a tak sa iba polovičato zaoberáme nevyhovujúcim správaním. No to iba učí naše deti, aby nás ignorovali, keď my ignorujeme ich, a zároveň to spôsobuje, že ich nevhodné správanie sa stupňuje. Naopak, zistila som, že

najväčší úspech mám vtedy, keď nechám všetko tak, ako je, pozriem sa im do očí a venujem im plnú pozornosť. Zmierni to aj stres, pretože neposlušnosť nenarastie do bodu, keď sa stane neovládateľnou.

Počúvam ľudí, ako reptajú a sťažujú sa na vlastnú nestálosť – aj to je niečo, čo dôverne poznám! Zásadovosť je však naozaj iba zvyk a zvyk sa dá formovať cvičením vôle. Vyžaduje si to rozhodnutie, ktoré si treba ustavične opakovať. Stačí len vykročiť. O tom sme hovorili v druhej priorite, vlastná osoba. A ako je to s každým zvykom, zásadovosť sa naozaj stane ľahšou. Mu-

plná pozornosť

síme si vypestovať pevné presvedčenie, že výchova našich detí je totálne najdôležitejšia – je to povinnosť nášho povolania. Ak by som sa nestarala o to, aby ma deti poslúchali, prečo by sa s tým práve ony zaošarovali?

Musíme sa teda usilovať robiť to, čo by sme mali, aby aj naše deti robili to, čo by mali. A to je snaženie. Často som uvažovala, či toto nie je práve to, o čom sa píše vo Svätom písme, keď hovorí, že matky sa spasia skrze deti! Keď pracujeme na formovaní a pretváraní našich detí, ony nás ako odplatu nútia čeliť našim vlastným slabostiam, a verím, že aj ich zvládať. V rodičovstve funguje spásonosná milosť ako dvojsmerná cesta.

Kresťanská sloboda pre deti

A napokon som spoznala, že cieľom každej morálnej výchovy je pripraviť deti na to, aby prevzali zodpovednosť za seba samy. Rozoberali sme to v druhej priorite, že „sloboda znamená prevziať zodpovednosť za to, kým sa staneme“. Boh každého povoláva k slobode, deti tiež, podľa ich rastúcich schopností.

Navyše som nechcela, aby boli moje deti závislé od mamy, ktorá by im hovorila, čo môžu a čo nemôžu robiť. Postupne som sa snažila rozvíjať v nich vnútorný mravný kompas, ktorý im ukáže správny smer – nie zo

strachu, ale z lásky. Túžba po dobre musí vychádzať z ich vlastných srdc. Mojou úlohou bolo tú túžbu živiť.

Nazýva sa to „sloboda bez hraníc“. Deťom dávame arénu, v ktorej sa učia, ako robiť dobré rozhodnutia. Môžeme im ponúknuť voľby, z ktorých si slobodne vyberú: ako napríklad, *kedy* si môžu nájsť čas na modlitbu vzhľadom na ich denné potreby, namiesto toho, aby sme to plánovali za ne, alebo aký *druh* modlitby im vyhovuje, namiesto toho, aby sme ako rodičia trvali na určitej pobožnosti. Dôležité pre rodičov je, že ich deti sa modlia – ako a kedy, to môžu nechať na dieťa. V každej situácii, keď môžu deti používať svoj rozum a voliť si skutočné mravné dobro, ktoré opravdivo vyhovuje ich osobnosti a okolnostiam, stimulujeme zmysel pre osobnú zodpovednosť.

Možno by som im mala pomáhať s rozlišovaním ich rozhodnutí a presne im definovať, čo je dobré a čo nie, ukázať im, aké dôsledky vyplývajú z ich skutkov za daných okolností. Nakoniec im však musím dať rovnakú slobodu, akú im dal Boh na to, aby pri rozhodnutiach používali vlastnú slobodnú vôľu; aby sa rozhodli pre dobro – a aby sa rozhodli pre Boha.

–
Každý učiteľ vie, že uplatňovanie určitého poriadku je najdôležitejšie na to, aby sa v triede udržala disciplína. Nazýva sa to aj „preventívna disciplína“, pretože školský poriadok slúži

dôsledky z ich skutkov

ako prostriedok na zamedzenie zlého správania. Školský poriadok umožňuje dieťaťu vedieť, čo treba robiť, kedy to robiť, kde to robiť a ako to robiť. Deti si tak vytvárajú pravidelné návyky, ktoré im pomáhajú disciplinované sa správať, čo pripravuje pôdu na učenie. Učitelia na základných školách upevňujú najprv tieto poriadky a dohliadajú na to, aby sa dodržiavali hneď na začiatku ročníka, až kým si ich deti neosvoja. Ak im to už ide, učiteľ môže pokojne prejsť na teoretické veci. Ak je totiž správanie sa detí a prostredie chaotické, jednoducho sa nedá poriadne učiť.

Uvedomila som si, že môžem využiť tieto schopnosti, ktoré som si ako učiteľka osvojila, a uplatňovať ich doma. Tak som začala riešiť, ako by som mohla vytvoriť poriadky, ktoré by splňali potreby mojich detí.

Začala som s drobnosťami. Aké boli hygienické návyky, ktoré potrebovali deti vykonať každý deň? Urobila som si ich podrobný zoznam.

Potom som sa ubezpečila, či majú vhodný prístup k potrebám, ako kefy, šampón a kôš na bielizeň, aby vedeli, kde ich nájsú a kam tieto veci položia. Vzala som deti a vysvetlila som im: „Odteraz sa budú kefy ukladať sem. Na zubnej paste zatvoríte vrchnák a bielizeň dáte do koša na vrchu schodišťa...“ Prešla som všetkými úlohami spojenými s hygienou, bielizňou a šatstvom, a neskôr som sa podobným spôsobom zamerala aj na modlitbu a školské povinnosti.

Takto som musela nájsť rozumné miesto na všetko a musela som to naučiť aj deti. Ružence boli zavesené na kríži v obývačke. Biblie mali deti vedľa postelí. Školské knihy sa ukladali iba do regálov. Čistá bielizeň patrila do týchto zásuviek. Kabáty a čiapky išli sem. Čižmy patrili sem.

Chlapček, ktorý k nám raz prišiel na návštevu, si zapichol triesku do prsta. Povedala som mu: „Prines mi ihlu zapichnutú na stojane vedľa zrkadla medzi dvoma kuchynskými oknami.“

Doniesol ju a vrátil sa so slovami: „Na čo je tá ihla?“

„Na čo, pravdaže, na triesky!“ odpovedala som.

Odvetil užasnutý: „Fíha, určite tu máte na všetko svoje miesto, však?“

Keď som našla miesto pre každú vec a ujalo sa to u detí (aj u manžela), musela som vymyslieť čas na všetko. Na začiatku som hovorievala: „O 7.30 môžete vstať a urobiť toto...“ Jadrom domáceho poriadku je však prirodzený postup: X jednoducho vedie k Y a po ňom nasleduje Z. Ranné upratovanie sa robí pred raňajkami a po ňom nasleduje umývanie v kuchyni. Musí to byť logické a čo najviac sa približovať prirodzenému rytmu. Nuž, hygiena pred alebo po jedle, ako aj pred spaním, to znelo dobre. Poskladať čistú bielizeň a dať špinavú do koša sa mohlo urobiť pred spaním, keď sa deti prezliekali. Škola bola väčšinou ráno a potom ešte krátko po

obede. Skupinová modlitba prišla na rad po raňajkách a pred spaním, formálne katechézy boli v určené dni.

Zároveň som si v svojej regule matky musela vyhradiť čas na to, aby som dozerala na tieto úlohy a skontrolovala, či sa dokončili. Vypísala som si naše úlohy a bežné práce do tabuliek, dala som ich zaliat do fólie, aby sa neucapkali a nemusela som ich stále prerábať, a zavesila som ich na vhodné miesta po dome. Napríklad v kúpeľni boli tabuľky, na ktorých stálo: „Vyčistiť si zuby. Umyť si tvár a ruky. Očesať si vlasy. Odložiť pastu. Utrieť poličku.“ Pre tých najmenších, ktorí nevedeli čítať, som nakreslila obrázky.

Dôležité je uvedomiť si, že deti sú stále len deti, a tak sa tento proces učenia a dohliadania na ne nikdy úplne nekončí. Niekedy si môžeme dať malú pauzu, ale napokon sa musíme vrátiť a znovu ich učiť. To je naozaj súčasť maminej ustavičnej práce! Nie je teda znakom zlyhania, že ich musíme stále učiť a dohliadať na ne. Aj učiteľia v triedach to robia po celý rok. A to každý rok. Každá výchova si vyžaduje čas.

**výchova sí
vyžaduje čas**

Ako začať

Predovšetkým by ste si mali určiť, čo potrebujú robiť vaše deti pravidelne, a skontrolovať, aby sa to aj vykonalo. V nasledujúcej kapitole sa budeme detailnejšie zaoberať drobnými úlohami. Tu však môžete pridať ich osobné povinnosti vo vlastných izbách. Pri deťoch sa uplatňujú rovnaké kategórie, ktoré sme použili u seba a na naše potreby v kapitole „Vlastná osoba“. Pamätajte si, že sa tu zaoberáte *základnými úlohami*; urobte to podľa možnosti čo najjednoduchšie.

● *Čo presne potrebujú vaše deti robiť? Pre dennú hygienu? Čo sa týka oblečenia? Pre ich osobnú modlitbu? Aké sú ich záľuby a aké športy pestujú? Čo priatelia? Čo katechizmus a svätá omša a spoveď? A čo domáce úlohy? Majú dostatok spánku a odpočinku? A cvičia dost? Urobte zoznamy a zapíšte si to.*

- *Aké pomôcky alebo materiály potrebujú k tomu vaše deti?*
- *Kam tieto veci patria?* Odložte všetko na rozumné miesto a naučte to svoje deti (aj vášho manžela!).
- *Kedy môžu deti vykonávať tieto povinnosti a činnosti? Staršie deti si posadzte k sebe a prejdite to s nimi. Pri malých deťoch sa rozhodnite sami.* Naplánujte rozumný čas na to, aby sa tieto činnosti robili v dome a v rodine, a zapíšte si ich.

Urobte potrebné tabuľky a vyveste ich. Pokyny týkajúce sa kabátov, obuvi a čiapok sa môžu umiestniť na chodbe. Pokyny týkajúce sa bielizne sa môžu dať do spálne vedľa šatníka. Ukážte ich deťom. To oslobodí deti od toho, aby si všetky povinnosti museli pamätať. Vždy môžete povedať: „Čo máš napísané v tabuľke?“ alebo to môžete nahlas prečítať svojim najmenším.

Časom zistíte, že sú ešte ďalšie drobné úlohy, ktoré ste tam nezradili. Môžete sa rozhodnúť, že buď necháte tieto veci na náhodu, alebo si ich zapíšete a ak treba pozmeníte rozvrh alebo vývesky. Čím viac toho deťom vysvetlíte, tým menej stresu zažijete aj vy, aj vaše deti.

- *Kedy môžem pomôcť svojim deťom?* Potrebujete si každý deň vyhraď čas, aby ste pomohli deťom splniť to, čo majú urobiť podľa ich veku a zrelosti. Nechajte si pre seba a svoje deti dostatok času, aby ste nemali pocit unáhlenosti. Naplánovaný čas môžete zredukovať neskôr, keď už všetci zistíte, ako na to, a vytvoríte si nové návyky.

Ďalšie kroky

Tu naozaj prichádzame k jadrú našich povinností voči svojim deťom, k tým veciam, ktoré nemožno naplánuvať. Možno najlepšou cestou je pozo-rovať deti, ako sa učia bežné činnosti, ktoré ste presadili v dome. *Ako* robia svoju prácu? Sú zmätené a neisté? Sťažujú sa? Vykonávajú to nerady? Snažia sa vytratiť, keď sa nepozeráte? Odbavia to povrchno?

Keď ste už preskúmali, ako pracujú, mali by ste prísť na to, *prečo* sa tak správajú. Pomocou rozhovorov, modlitieb a úvah rozlíšte, aká by mohla byť

pravá príčina ich konania. Ak sú zmätené, možno potrebujú viac času na učenie a vzor. Ak sa sťažujú, možno musíte zmeniť vaše očakávania. Možno ich potrebujete motivovať tak, že im dáte niečo, na čo sa budú tešiť. Ak to robia nerady, možno im bude treba vysvetliť, že tým, čo robia, a tým, že sa starajú o seba, plnia Božiu vôľu. Možno by ste ich mohli povzbudiť, aby to obetovali, a mali by vás počuť, že máte súcit s ich trápením. Možno by ste im mali dať podnet, ako by sa dali robiť veci lepšie, a pohovoriť si o možnostiach.

Vytratia sa, keď sa nepozeráte? Možno sa potrebujú rozhodnúť pre slobodu, ktorá má určité hranice. Vedia o nejakom čase, ktorý je podľa nich lepší na splnenie tejto úlohy?

Odbavia to povrchno? Možno by ste ich mali motivovať, aby sa snažili zo všetkých síl. Čítajte im príbehy o ľuďoch známych pre svoje čnosti a odhodlanie. Možno potrebujete vyjadriť presvedčenie, že svoju prácu môžu urobiť lepšie. Možno potrebujete byť trochu náročnejší! Môže to tiež znamenať, že budú musieť znášať negatívne následky, alebo ich zbavíte ich výsad, kým si nesplnia povinnosti a nesplnia ich dobre.

Hlavné je začať rozoberať, prečo sa správajú tak, ako sa správajú. Použitím zdravého rozumu, modlitby a rozhovorov s nimi a s manželom pochopíte, ako by sa dali veci vyriešiť alebo vylepšiť. Silné a slabé povahové stránky, ktoré si pritom všimnete, sa dajú aplikovať aj na iné oblasti ich života.

Lajdácka izba často znamená lajdácke známky. Vaša výchova aj v nepodstatných veciach, ako napríklad plnenie drobných úloh, má širšie dôsledky v iných oblastiach. Vaše rozprávanie o týchto úlohách sa dá ľahko aplikovať na všetko ostatné.

Po druhé, okrem toho, čo deti robia, treba dávať pozor na to, ako sa *vy sami* správate. Ste vzorom čností, ktorým by ste mali byť? Ako sa môžete zlepšiť? Ste taká láskavá, akou by ste mali byť? Čo môžete urobiť, aby

pravá príčina ich konania

ste to zmenili? Kontrolujete deti tak, ako to je nutné? Čo môžete urobiť, aby ste to zmenili?

Po tretie, možno budete chcieť zhodnotiť záujem detí o Boha. Zaoberajú sa vlastnou vierou, z čoho potom získavajú všetku milosť, ktorú potrebujú? Modlite sa za ne?

Všetky tieto veci sa dejú nepretržite. Preto je potrebné, aby ste si s manželom pravidelne našli čas, zamysleli sa nad potrebami svojich detí a prediskutovali, ako sa postarať o ich naplnenie.

–

Zoči-voči tým, ktorí by sa snažili podkopať krásu a dôstojnosť materstva, alebo tomu, keď my samy pochybujeme o dôležitosti materstva a ocitneme sa v pasci znechutenia, bolo by dobré spomenúť, čo napísal G. K. Chesterton v diele *Čo je chybné vo svete?* „Ako môže byť veľkou vecou, keď hovoríme deťom iných ľudí o trojčlenke⁶, a malou, keď hovoríme vlastným deťom o vesmíre? Ako môže niečo široké znamenať pre každého to isté a pre niekoho všetko úzke?“

Výchova našich detí je dôležitá, je to „opravdivý apoštolát“ a priame poslanie od Boha. Všetko, čo robíme pre splnenie našich vzdelávacích povinností voči našim deťom, je *skutok lásky*. Boh chce, aby sme to robili dobre. Áno, potrebujeme všetku možnú pomoc, ale *my ju máme*. Boh vie, že to, na čo sme povolani, môže byť niekedy také ťažké, že potrebujeme špeciálnu sviatosť, aby sme mali silu to naplniť!

Ponúka nám tu aj inú pomoc: svoju blahoslavenú Matku. Možno tou najúčinnnejšou vecou, ktorú môžeme ako katolícke matky urobiť, je zasvätiť sa jej a požiadať ju, aby v našom vnútri milovala, pretože ako hovorí don Stefano Gobbi: „*Mária je Matka. A Matka je zosobnením lásky.*“⁷

⁶ Matematické pravidlo pri používaní priamej a nepriamej úmernosti

⁷ Fr. Eugene Cullinane, Don Stefano Comes to Combermere, Combermere, Ontario: Madonna House, c. 1984



Siedma kapitola

Piata priorita: živiť

Piate „P“, živiť, zahŕňa ďalší aspekt poslania pre našu rodinu: zabezpečiť fyzické potreby, ako jedlo, oblečenie a prístrešie. Patrí sem aj správne hospodárenie s finančnými zdrojmi.

Vela ráz môžu povinnosti v tejto oblasti predstihnúť niektoré z vyšších priorít rodinného života, pretože naše domáce povinnosti a peňažné záležitosti sú veľmi rozmanité a často aj časovo náročné. Tu by sme mali preskúmať našu úlohu živiťela, ako to Boh naplánoval, venovať jej potrebnú dôstojnosť, zároveň však zefektívniť svoje úsilie o to, aby zaujala správne miesto v hierarchii priorít nášho povolania. Predovšetkým treba pochopiť, že všetka naša práca v našich domovoch je dobrá a ustanovená Bohom.

Krása domácej práce

Po dvoch rokoch manželstva sme sa presťahovali do Calgary a usadili sa na rodinnej farme niekoľko míľ cesty od Philipových rodičov. Bolo to krásne. Obklopovalo nás osemdesiat árov poľnohospodárskej pôdy. Sedávala som ráno pri kuchynskom stole a uprene som sa dívala cez veľké dvere do dvora na hmlu, ktorá sa držala na poliach. Všetko tu vyzeralo jednoduššie a tichšie. A predsa som musela čeliť stovkám nových výziev.

Dom musel byť vykurovaný kachlami na drevo a trochu som sa hrozila predstavy mať veľký oheň v suteréne. Jediným riešením bolo naučiť sa ich ovládať, tak som si preštudovala, ako fungujú kachle na drevo. Nakoniec sa zo mňa stal hotový odborník na to, ako ich spustiť na tú správnu teplotu. Nevychádzali nám peniaze, lebo Philipovi znížili plat, a tak som musela začať robiť veľa vecí od piky – piecť si vlastný chlieb, naučiť sa vypestovať si plodiny v záhrade a zavárať. Začala som trochu šiť a bola som v tom dosť zbehlá – hoci moja švagriná poznamenala, že kariéra krajčírky by ma „neuživila“!

Počas tejto novej fázy môjho života som začala vidieť priame prepojenie medzi mojím úsilím a fyzickými potrebami mojej rodiny. Plody, ktoré som dopestovala v záhrade, sa zozbierali a zjedli sme ich. Paplóny, ktoré som vlastnoručne ušila pre deti, ich v noci zohriali. Moja práca priamo ovplyvňovala naše prežitie. Bola to pre mňa nová výzva, že dokážem urobiť tieto veci sama. V minulosti som asi vždy všetkým domácim prácam a manuálnej práci prikladala minimálnu dôležitosť. Domáce práce boli niečo, čo som ako slobodná rýchlo urobila v sobotu ráno pri odchode z domu za väčšími a lepšími záležitosťami. Teraz mi manuálna práca prinášala prirodzenú radosť. Bolo to pre mňa neskutočne motivujúce nakrmiť rodinu plodmi z Božej úrody a vlastného úsilia.

Neskôr sme sa prisťahovali do menej vidieckej oblasti a už netrávim čas v snahe o sebestačnosť, ako som bola zvyknutá. Toto obdobie na vidieku Ostrova princa Eduarda ma však naučilo, že v manuálnej práci je zakotvená dôstojnosť a krása.

nová výzva

Materstvo rozvíja mnohé zručnosti

Bola som presvedčená, že domáce povinnosti sú niečím opakujúcim sa, nudným a nevyžadujú si veľa zručnosti. Práca doma s deťmi ma však naučila pravý opak: domáce práce sú rozmanitejšie, ako som si myslela, a vyžadujú si rovnaké zručnosti ako akékoľvek iné zamestnanie.

Podľa ročných období som sa venovala rôznym druhom úloh. Na jar sa sadilo a upratoval sa dom, prali sa záclony a posteľná bielizeň, ktoré sa vyešali sušiť von na čerstvý jarný vzduch. V lete prišlo na rad trhanie buriny, čas na pláži a pikniky s deťmi. Na jeseň bol zber úrody, zaváranie a zatepľovanie domu ako príprava na zimu. V zime sa vnútri domu robili opravy a dekorácie a šilo sa.

Uvedomila som si, že práca, ktorú som robila, sa až tak veľmi nelíšila od zamestnaní vonku „vo svete.“ A často si vyžadovala, aby som pozbierala a uplatnila všetky svoje zručnosti, talenty a pozornosť. Pretože spolu so svojím manželom som bola ministrom vlády v mojom dome. Vždy, keď som organizovala našu rodinu alebo presadzovala predpisy a nariadenia, bola som guvernérkou. Vždy, keď som „zatkla“ deti za zlé správanie, bola som policajtkou. Vždy, keď som obhajovala práva svojich detí a rozsudzovala ich hádky, bola som právničkou a sudkyňou; a poviem vám, nie je ľahké rozhodovať o tom, čo je správne a spravodlivé, keď sa deti medzi sebou bijú!

Bola som učiteľkou, keď som ich učila abecedu, a kňazom, keď som ich viedla v modlitbe. Bola som šéfkuchárom, keď som im varila, a pekárom, keď som im piekla chlieb. Bola som odborník na výživu, keď som im chystala zdravé jedlá. Bola som lekárkou, keď som im diagnostikovala zápal ucha, a zdravotnou sestrou, keď som im obviazala odreniny. Bola som krajčírkou, interiérovou dizajnérkou, manikérkou, domovníkom aj výrobcom hračiek. Bola som manažérkou domu, a práve tento proces naučiť sa robiť všetky tieto činnosti a udržať to všetko bolo zručnosťou samo osebe!

Dozorca stvorenia

Keď som neskôr študovala *Knihu Genezis*, objavila som, že práve moja práca v domácnosti určitým spôsobom zobrazovala prácu Boha pri stvorení. V rajskej záhrade povolal Boh muža a ženu, aby boli správcami zeme. Mojim podielom na tomto správcovstve bolo postarať sa o môj domov. Všetka moja práca v domácnosti bola jednoducho vykonávaním kresťanského správcovstva nad *mojou* malou časťou stvorenia.

Sme skôr správcami a dozorcami ako vlastníkami našich malých kusov stvorenia, a to sa vzťahuje aj na naše deti. Čo máme, či už málo, alebo veľa, nám bolo zverené s dvojnásobným cieľom: zachovať to, čo máme, a užitočne to spravovať. A preto nemáme iba zabezpečiť, aby bolo o náš dom postarané a aby sa udržiaval v poriadku, ale sme povolaní ho vylepšovať a pričiniť sa o to, aby sa naplnili ozajstné ľudské potreby našej rodiny. Nemáme právo zanedbávať tu svoje povinnosti, ale sme povolaní hospodáriť s týmito zdrojmi, pretože ony skutočne patria Bohu.

Vždy som považovala svoju prácu vo svete za ľahšiu ako prácu v dome. Keď som sa však začala vnímať ako dozorca, manažér, vtedy som skutočne pracovala pre Boha. To priamo ovplyvnilo môj postoj k domácim prácam. Vyhnúť sa im bolo, ako ulievať sa cez deň v normálnom zamestnaní – niečo, čo by som si ako zamestnanec nikdy nedovolila. Bolo to naozaj otázkou čestnosti. Tak som usúdila, že zabezpečenie toho, aby boli všetky domáce práce hotové a aby bolo o majetok a dom dobre postarané, možno prirovnať k morálnemu záväzku.

Ako si poradiť s finančnými ťažkosťami

Keď som prestala robiť katechétku, lebo som sa vrátila domov na plný úväzok, boli sme dosť natesno s peniazmi. Philip pracoval dlhé hodiny a viac už robiť nemohol, ak vezmeme do úvahy, že naše deti boli malé. Ak sme chceli nejaký čas stráviť spolu ako rodina, nemohol pracovať vonku každý večer aj každý deň.

Spolu s Philipom sme zvažovali, čo by ma to stálo ísť znovu do práce, kúpiť si vhodné oblečenie, platiť za starostlivosť o deti, mať viac výdavkov na mrazené potraviny pre nedostatku času na varenie, pokryť benzín a údržbu vozidla a kupovať si vonku príležitostne jedlo – a nehovoriac o daniach a zrážkach z mojej výplaty. Nakoniec sme prišli k záveru, že moje miesto na polovičný úväzok v hrubom 1 000 \$ za mesiac, by nám vynieslo čistý zisk v hotovosti iba 150 \$! Takže po finančnej stránke nemalo nijaký zmysel ísť opäť do práce! Prakticky povedané, koľko času a energie by som

musela aj tak vynaložiť pri veľmi malých deťoch práve v čase, keď som začínala tie väčšie vzdelávať doma?

Tak sme sa rozhodli, že budeme ďalej pokračovať tak ako doteraz a nikto z nás si nevezme ďalšie zamestnanie. Finančné ťažkosti však trvali celé roky. Zakaždým, keď sme už konečne začali zvládať situáciu, stalo sa niečo katastrofálne a opäť sme sa topili v dlhoch. Pamätám si, že raz na jeseň sme čosi ušetrili a splatili všetky účty, takže sme do Vianoc boli bez dlhov. Potom sa nám však v januári pokazilo štyrikrát auto a opravy nás stáli 800 \$! Keďže sme nemali žiadne úspory, opäť sme boli v dlhoch.

Tento cyklus dlhov nás neprestajne frustroval. Rozčuľovalo ma, že práve veci, ktoré by som potrebovala pre hladší chod domácnosti – maličkosti, ako napríklad nové poličky alebo väčší sklad, či lepší vysávač – sme si po finančnej stránke nemohli dovoliť. Bola som na Boha nahnevaná, pretože som mala dojem, že on ma dával do bezvýchodiskovej situácie.

Nakoniec som usúdila, že jediný spôsob, ako sa s tým všetkým vyrovnáť, je položiť si dve otázky: „Čo závisí odo mňa?“ a „Čo závisí od Boha?“

Finančné správcovstvo

Musela som si určiť, aké sú moje povinnosti, a prišla som na množstvo vecí.

Po prvé, musím sa starať poriadne o to, čo sme už vlastnili. Ak som našla ceruzku na dlážke, nevyhodila som ju; naučila som sa ju dať na miesto. Naučila som sa opravovať veci, alebo lepšie povedané, dotiahla som k tomu Philipa! Kým sa narodila Jessica, tri mesiace som strávila tým, že som opravovala malé veci v dome, ktoré sa pokazili. Bola to napríklad výmena chýbajúcich dlaždíc a oprava sietok proti hmyzu.

Ďalej som si uvedomila, že by som mohla viac vecí získať priamo doma, keďže som nemohla toľko kupovať. Tak som začala robiť viacej vecí od piky. V lete som pestovala zeleninu a naučila som sa, ako ju sterilizovať a zamrazovať. Naučila som sa tapetovať a maľovať steny, vyrábať si vlastné paplóny zo starého oblečenia ako prví usadlíci, a ušila som si vlastné záclony

z látky za zlomok ceny hotových závesov. Nič z toho nebolo dokonalé, ale umožnilo mi to byť tvorivou a urobiť niektoré z tých vecí, ktoré som chcela, a tak som už nemala taký stiesnený pocit.

Potom sme si začali plánovať rozpočet a starostlivejšie hodnotiť, kam idú peniaze. Časť z toho, ako sa postarať o rodinu, znamenalo byť finančne zodpovedná. Naše peniaze mali najprv naplniť oprávnené potreby našej rodiny, ako aj pomôcť iným, ktorí nemali toľko šťastia ako my. Urobila som zoznam všetkých našich výdavkov, našich dlhov, účtov a iných záležitostí, a navrhla som základný rozpočet, podľa ktorého som sa riadila pri vypisovaní šekov každý výplatný týždeň. Zakrátko sa začali účty platiť načas a v plnej čiastke a s menším stresom.

Tiež som si uvedomila, že problém bol aj v tom, že sme nežili podľa rozpočtu a vždy sme mali pocit, že si nemôžeme to či ono nakúpiť. Osvetlil mi to jeden príklad. Sedela som na parkovisku pri železiarstve. Chcela som gumený obrus už viac ako dva roky, ale keďže stál až sedemnášť dolárov, myslela som si, že si ho nemôžeme dovoliť. Potom mi napadlo, že pri mojich výletoch do mesta som často minula dva doláre tu, štyri tamto na drobnosti. Keby som išla do mesta len s jasným cieľom, už dávno som si mohla dovoliť kúpiť ten obrus. To, že som nepoznala stav našich financií a neplánovala si nákupy, ma vlastne priviedlo k *impulzívnejšiemu* mňaniu, takmer zo vzdoru či depresie, pretože som sa cítila tak bezmocne, že nemôžem dostať to, čo naozaj potrebujeme. Keď som si nákupy začala plánovať, uspokojenie z toho, že kupujem to, čo naozaj potrebujem, mi pomohlo skrotiť túžbu po hlúpych maličkostiach, na ktoré som zvykla mňaať peniaze.

Rozlišovať medzi potrebou a chcením

Súčasťou finančného správcovstva nie je iba vyhábať sa márnomyseľnému mňaniu, ale všimnúť si, že všetko, čo máme, nám bolo zverené, aby

**byť finančne
zodpovedná**

sme splnili poslanie vychovávať deti, ba aj pomôcť tým, ktorí nemali toľko šťastia ako my. Znamená to, že musíme rozlišovať medzi základnými potrebami a nadbytočnými želaniami. Pretože často, či sme už chudobní, alebo bohatí, chceme *viac*.

Raz som sa umárala túžbou po nejakom novom tehotenskom oblečení. Už ma unavovalo tých desať šiat, ktoré som mala v šatníku, a chcela som nejaké nové. Naskočila som v ten víkend do auta, prešla som dobrý kus cesty k jedinému butiku s tehotenským oblečením na našej strane ostrova a pustila som sa do hľadania nových šiat. Keď som si ich zopár nakúpila (za peniaze, ktoré mi mama poslala zo súcitu), nasadla som do auta a začala som mať pocity viny. Sedela som tam a premýšľala som prečo. A potom mi to došlo: tie šaty som v skutočnosti nepotrebovala; iba som ich *chcela*. Bože môj, trpela som nenásytnosťou, nie núdzou! Doma som mala kopu šiat, všetky v dobrom stave. Tých zopár mesiacov do konca tehotenstva som určite mohla vydržať. Ale nie. Nechala som sa zviešť túžbou po *veciach* pre veci samy.

Vtedy som na to prišla: *musím jednoducho prestať chcieť tak veľa vecí*. Moje túžby a očakávania odrážali viac našu konzumnú kultúru ako skutočné potreby mojej rodiny. Keďže viem, ako často sme zápasili s peniazmi, začala som sa pozerať na môj životný štýl a prehodnocovať, ktoré výdavky pochádzajú z oprávnených potrieb rodiny a ktoré iba z číreho chcenia.

Pravdaže, nie je zlé, keď chceme pekné veci. No vždy tu hrozí nebezpečenstvo, že náš postoj k majetku môže znamenať problém: keď túžim po veciach až tak, že ma to privádza k hnevu na Boha, či ku žiarlivosti voči tým, ktorí majú viac ako ja; keď sa zadlžím kupovaním čoraz viac nepotrebných vecí; keď sa zhaňam za tým, čo chcem, na úkor toho, aby som sa postarala o potreby pre rodinu, a tak kazím celkovú finančnú situáciu rodiny bez rozumného dôvodu; keď hľadám osobné uspokojenie vo veciach namiesto v Bohu; alebo keď nedokážem ovládať svoju túžbu po materiálnych dobrách a pripravujem sa tak o možnosť cvičiť sa v kresťanskom umrťovaní.

Tak ako máme poslanie milovať svojich manželov a deti, takisto máme aj poslanie s našimi materiálnymi dobrami: majú naplniť potreby našich rodín a pomôcť ľuďom v núdzi okolo

pomôcť ľuďom z našich zdrojov

nás. Našou vážnou povinnosťou je pomôcť nejakým spôsobom iným ľuďom z našich zdrojov. „Človek, ktorý používa tieto dobrá, má považovať veci, ktoré oprávnené vlastní, nielen za svoje, ale aj za spoločné v tom zmysle, aby mohli byť na osoh nielen jemu, ale aj iným“ (KKC, 2404). „*Nemáme právo ponechať si na naše výhradné používanie to, čo nepotrebujeme, keď ostatní trpia nedostatkom.*“⁸

Kedysi dávno som čítala niečo, čo povedal sv. Tomáš Akvinský o používaní peňazí výlučne pre náš vlastný prospech: rozmaznávaním seba samých sa povrchno chránime pred skutočnosťami života, takže keď prídu vážne ťažkosti, nie sme duchovne pripravení vyrovnáť sa s nimi. Oplývajúce, čiže nadmerná hojnosť hmotných dobier, môže v skutočnosti uškodiť nášmu charakteru a oslabiť náš duchovný život, ak tie dobrá nesprávne používame. A sám Ježiš nás varoval, že nemôžeme slúžiť dvom pánom (Mt 6, 24).

Ako získať finančnú stabilitu

S Philipom sme ustavične bojovali s finančnými otázkami a často s intenzívnymi túžbami chcieť viac a kupovať viac. Hlboko v srdci som vedela, že ak by som bola bohatá, asi by som si náhodne kúpila beztak všetko, čo by som chcela, a možno Boh vedel, že by som potom niesla aj duchovné následky.

No aj keď som toto všetko vedela, neľahčilo mi to situáciu. Veď nemôžem v okamihu zmeniť vlastné srdce. Iba som chcela všetky tie krásne

veci a moderné vymoženosti, o ktorých som vedela, že mi ich svet môže ponúknuť. Keďže sú tu, prečo by som ich nemohla mať? A to ma niekedy privádzalo k hnevu na Boha.

Jedného dňa som urobila veľký plagát s obrázkami detí a rodín z celého sveta, ktoré som vystrihla z časopisu *National Geographic*, dala som ho zaliať do fólie a zavesila v kuchyni. Keď som upadla do znechutenia, pretože som si nemohla kúpiť, čo som chcela, prišla som k plagátu a sklúčene som tam pred ním sedela.

Videla som tam Afričana nesúceho na pleciach veľký peceň chleba, ktorý dostal od kresťanských misií, ako kráča niekoľko míľ, aby ho priniesol svojej rodine; a spomenula som si na dvadsať tašiek potravín, ktoré som práve priviezla domov – v nich bol chlieb, áno, ale aj arašidové maslo a syrové špeciality, mäso a javorový sirup, aj čokoládové lupienky...

Hľadela som na fotografiu ázijskej rodiny, ktorá sedela vonku na skalách pri ohni v mrazivom ráne, trasúc sa od zimy, kým ja som sedela vo svojom útulnom dome s pariacou sa šálkou kávy a teplými hriankami s džemom.

Zbadala som ženu, ktorá varila v diere steny na rošte a dreve, alebo rodinu, ktorá namiesto nábytku sedela na vrečiach pšenice od Medzinárodnej pomoci; a poobzerala som si svoj elektrický sporák, chladničku a umývačku riadu, aj pohodlné čalúnené sedačky a kreslá.

A uvidela som rumunské deti zhromaždené na starých špinavých koberecoch v holých izbách, ako sedeli okolo starca, ktorý mal iba jedinú knihu a vyučoval ich. Zo stien popri rozbitých oknách opadávala omietka. A pomyslela som si na poličky plné kníh a zásuvky plné zápisníkov, na glóbus a náučné videá, aj na tabuľu s kriedami, písacie stoly, umelecké potreby a počítač.

Videla som aj obrázok chlapčeka s náplastou na poranenom oku, s tvárou zničenou od šrapnela a ukrutností vojny. Porovнала som to so žiariacimi očami a s ružovými líčkami svojich detí, ktoré poznali maximálne súrodneckú rivalitu. A povedala som si sama pre seba: „Prečo oni? Prečo ja?“

⁸ John A. Hardon, S. J., *The Catholic Catechism*, Garden City, New York: Doubleday and Company, Inc. 1975, str. 388

A nezmohla som sa na žiadne odpovede, iba na to, že som dostala mnohé požehnania a že mám obrovskú povinnosť byť vďačná za všetko, čo mám. A musela som vstať a povedať Bohu: „Je mi to ľúto. Ďakujem ti. Pomôž mi,“ a vrátila som sa k riadom.

Žiť v rámci našich pomerov

Kľúčom k splneniu našej správcovskej úlohy je, že Boh je ten, kto sa stará, a my sme povolaní pracovať v rámci zdrojov, ktoré nám dáva k dispozícii. Musíme žiť v rámci našich pomerov, či už sme obdarení hojnosťou, alebo nedostatkom.

Či už patríme medzi tých, ktorí trpia núdzu menej alebo viac, musíme sa celkom zaviazat spravovať svoj podiel tak, že sa vynasnažíme vyhovieť potrebám našej rodiny. Aj keď finančné problémy pretrvávajú, nesmieme v snahe o finančné zlepšenie zabúdať na všetky ostatné priority a nesmieme dovoliť, aby sa v nás hromadila úzkosť. Namiesto toho musíme trochu viac dôverovať Bohu a jeho prisľúbeniam, viac rozlišovať medzi základnými potrebami a nadbytočným chcením, lepšie hospodáriť, ako možno musia naši susedia, ale aj strážiť si svoje srdcia pred žiarlivosťou na bohatých a za trpkosťou pre nedostatok.

Navyše možno prideme v našich životoch do bodu, keď si to bude od nás vyžadovať trochu viac asketizmu ako od ostatných okolo nás. Ak robíme všetko, čo je v našich silách, aby sme dobre spravovali Božie zdroje, niet dôvodu považovať finančné problémy za nepriazeň Boha alebo za niečo, čo jeho prozreteľnosť nevynahradí. „Umenie byť chudobný znamená dôverovať Bohu vo všetkom, nič nežiadať – a byť vďačný za všetko, čo dostaneme.“⁹

Na druhej strane existujú medzi nami kresťanmi aj takí, ktorí trpia pod ťarchou nadbytku. V tomto prípade nás Boh povoláva, aby sme našu úlohu

živiteľa rozšírili na väčšiu spoločnosť a nezahŕňali do toho iba našu rodinu. „[Boh] dáva niektorým ľuďom viac, ako potrebujú, nie aby si užívali veľký prepych, ale aby z nich urobil správcov v mene sirôt, chorých a mrzákov.“¹⁰

Ak sme požehnaní nadbytkom, dlžíme ho chudobným a Bohu, aby sme ho spravovali čo možno najzodpovednejšie a dali naše zdroje do služby väčšej spoločnosti.

Treba dávať desiatky

Stále som sa pýtala: „Čo mám robiť s našou finančnou situáciou?“ Dôsledné čítanie *Katechizmu* a Svätého písma ma napokon presvedčilo, že dávať desiatky je povinnosťou pre mňa a Filipa. Písmo hovorí, že neplatiť desiatky Bohu znamená Boha ukracovať!

Odo dní svojich otcov ste sa odklňali od mojich zákonov a nezachovávali ste (ich); obráťte sa ku mne a obrátim sa k vám, hovorí Pán zástupov. Spytujete sa: „V čom sa máme obrátiť?“ Môže človek ukracovať Boha? Lebo vy ma ukracujete. Spytujete sa však: „V čomže ťa ukracujeme?“ V desiatku a poplatkoch. Kľatba vás zasiahla, lebo ma ukracujete vy, celý národ. Prineste celý desiatok do zásobárne, aby bol pokrm v mojom dome, a týmto ma vyskúšajte – hovorí Pán zástupov, či vám neotvorím okná neba a nevylejem na vás požehnania viac ako dosť. A pohrozím kvôli vám žráčovi, že vám nepokazí plody zeme a vinič na poli vám nebude neplodný – hovorí Pán zástupov. I budú vás blahoslaviť všetky národy, lebo vy budete bohumilá krajina – hovorí Pán zástupov (Mal 3, 7 – 12).

A to zodpovedalo moju druhú otázku o finančných povinnostiach: „Čo závisí od Boha?“ Boh mi hovoril, aby som mu dôverovala – že ho môžem v tomto „vyskúšať“ a že nezostane pozadu vo veľkorysosti. Nielenže sa primerane a aktívne postará, ale zabráni nepredvídaným okolnostiam, ktoré by mi bránili splniť moju úlohu živiť.

Boh sa stará

Philip a ja sme v minulosti raz dávali desiatky, raz nie. Ak sme sa dostali do finančných ťažkostí, zdalo sa dobrou výhovorkou prestať dávať de-

⁹ St. John Chrysostom, *On Living Simply: The Golden Voice of John Chrysostom*, comp. Robert Van de Weyer, Liguori, Missouri: Liguori/Triumph Publications, 1996, str. 7

¹⁰ *Ibid.*, 6

siatky alebo ich znižovať. A bolo to veľmi ťažké začať s tým znovu. Najčastejšie som sa však pristihla, že sa zdráham dať desiatok práve vtedy, keď sme mali všetko potrebné! Bolo to *tedy*, keď som sa na Boha hnevala, že nám berie všetky „naše“ peniaze, úplne zabúdajúc na to, že všetko patrí Bohu a ja to iba spravujem. Inokedy sme zaťali zuby, dodržali to a zažili sme veľmi konkrétne požehnania. V tom období nebolo pre mňa nič nezvyčajné povedať: „Dobre, Pane, potrebujem, aby mi poštou prišiel nejaký šek v pondelok ráno,“ a naozaj, jeden na mňa čakal v poštovej schránke. Pamätám si, že v jednom štvrtroku sme dostali vyše 800 \$ z nečakaných zdrojov každý jeden mesiac.

desiatky ako vec spravodlivosti

V ďalšom nezabudnuteľnom období sa zdalo, že nás desiatky a iné výdavky zničia. V našom mesačnom rozpočte sme boli každý mesiac 400 \$ v mínuse. Opýtala som sa priateľa, ktorý sa vyznal vo financiách, čo máme robiť. „Naozaj neviem,“ povedal, potriasajúc hlavou v údive. Rozhodli sme sa s Philipom pokračovať v desiatkoch. Do troch mesiacov sa naša situácia otočila o tristošesťdesiat stupňov. Stal sa nám zázrak s peniazmi, vyplatili sme naše dlhy a problémy s rozpočtom boli zahnané.

Nie že by sme *sa spoliehali* na peňažné zázraky, to nie, hoci sme ich mali neúrekom. No keď dávajú ľudia desiatky, ako vec spravodlivosti, Boh zasiahne mnohými spôsobmi, aby pomohol postarať sa o svoje deti: tak, že nám odhalil finančné plány, o ktorých sme predtým neuvažovali; tak, že nás zaviedol do určitého skladu s výpredajom mnohých potravinových položiek, ktoré sme cez týždeň potrebovali; tým, že nám poskytol nové pracovné príležitosti, keď nám súčasné zamestnanie nevyhovovalo; náhodnými darmi od druhých ľudí; tak, že nám posielal nečakané šeky v pošte. Philip raz dostal vrátené peniaze za blokovú pokutu z provincie na opačnom pobreží Kanady desať rokov po tom, ako sa to stalo – a práve načas, aby zaplatil účet! Ide o to, že *Boh sa stará*, zasahuje v čase a priestore, aby pomohol svojim deťom takým či onakým spôsobom, aj keby si to vyžadovalo zázrak.

Významné požehnanie z dávania desiatkov

Napriek toľkým Božím zásahom, ktoré som zakúsila, keď sme dávali desiatky, ešte hodnú chvíľu nám trvalo, kým sme v tomto Bohu dôverovali, a tak naša finančná situácia kolísala podľa našej dôvery. Keď sme prestali dávať desiatky, veci sa rýchlo zhoršili.

Nakoniec som sa naučila niečo veľmi významné o desiatkoch: sú prostriedkom na to, aby sme odlúčili naše srdcia od nezriadených túžob. V minulosti by som sedela sklúčene pred mojím plagátom a s ťažkým srdcom sa zmierovala s tým, že sa bez niektorých vecí zaobídem. Keď som sa zaviazala, že budem dávať desiatky, práve moje túžby sa začali meniť. Desiatky boli bránou pre Božiu milosť, mohla meniť moje srdce, práve to isté srdce, ktorá sama zmeniť nedokážem. Kedysi som sa nemohla nabažiť kníh o domácom vzdelávaní, no odrazu som pocítila túžbu oslobodiť sa od množstva návodov a vecí zjednodušovať. Predtým som považovala všetko v dome za staré a škaredé, teraz som sa cítila pohodlne a spokojne, a bola som vďačná za všetko, čo máme.

Dávanie desiatku nie je preto iba spôsob, ako dávať Bohu to, čo mu patrí, a cvičiť sa v sebaovládaní. Je to skutočný zdroj milostí, ktorý nám umožňuje byť spokojnými s tým, že naše potreby sú už naplnené, a veriť tomu, že Boh nám niečo malé pridá navyše ako prejav svojej štedrosti.

–

Tak ako sa Boh postaral o zem tým, že naplnil potreby Adama a Evy a tak utvoril raj, takisto aj môj domov potreboval spĺňať dvojaký účel: musel byť *funkčný* a krásny, aspoň pre nás. Preto musela každá izba slúžiť konkrétnemu účelu a byť zariadená a vybavená tým, čo bolo potrebné, aby splnila svoj účel.

Znamenalo to, že musela byť dôsledne usporiadaná. Začala som s tým, čo nazývam „analýza izby“. Chodila som od izby k izbe s klipovou doskou a kládla som si otázky.

Aký je účel tejto izby a čo si tento účel vyžaduje? Chcela som, aby izby mojich detí neboli iba miestom, kde spia a odkladajú si oblečenie, ale kde sa

budú venovať činnostiam, ako sú čítanie, kreslenie a hranie; tak som si zapísala všetky tieto činnosti. Ku každej činnosti som si zapísala, čo potrebujú k tomu, aby ju urobili. Na čítanie musia mať stôl na knihy a lampu. Potrebujú zásuvky na ukladanie písacích potrieb, potrebujú ceruzky, papier, farbičky a gumené, aj škatuľu na hračky; pravdaže, nesmú chýbať postele a šatníky.

Urobila som analýzu každej izby v dome. Nemalo zmysel uložiť školské učebnice do kuchyne, ak som na to používala učebňu. Ak som potrebovala mať kuchárske knihy v kuchyni, umiestnila by som tam policu a nedávala som ich do obývačky. Ak som chcela, aby sa rodina modlila v obývačke, potrebovala som tam urobiť miesto na odkladanie ružencov a modlitebných kníh. Nebol dôvod, prečo by všetko nemohlo byť uložené na určenom trvalom mieste, pretože *to bolo tam, kde sa to najčastejšie používalo*. Neskôr som si všimla, že to pomohlo mojim deťom, aby presne vedeli, kam odložiť veci. Nemôžu udržiavať veci v poriadku, ak nemajú logické a stanovené miesto.

Ďalej som musela rozhodnúť, či treba niečo premiestniť. *Čo by nemalo zostať v tejto izbe?* Odkedy som mala ďalší sklad, nemusela som v zime skladovať kolieskové korčule v spálni, ani letné oblečenie pre deti. Tak som tieto veci premiestnila z detských izieb do skladu. Keďže bola vstupná chodba určená pre kabáty, čiapky, rukavice, topánky, kľúče a kabelky, dala som z nej preč plechovky a hračky, pretože tam nepatrili. Určila som si „izbu na prekladanie“, kde som dočasne ukladala veci na skladovanie, kým som upratovala ostatné izby. A túto izbu som upratovala ako poslednú.

Prezrela som každú izbu, či tam netreba niečo opraviť. Spísala som si všetky tieto veci na zoznam a vedľa súrnych vecí som nakreslila hviezdičku. Niektoré položky sú na tom zozname už roky. Ak sa niečo pokazí, pripíšem to na zoznam, ktorý mám v zápisníku. Keď plánujem rozpočet, zastavím sa pri zozname, aby som vedela, akú ďalšiu vec treba urobiť. Nikdy si tieto veci nemusím pamätať, pretože to mám napísané na papieri.

Zapísala som si aj projekty, ako skrášliť dom. *Ako môžem túto izbu vylepšiť?* Mnohé z týchto vylepšení sú ešte na zozname, ale mnohé sú už hotové.

Keď som z izby vychádzala, zamyslela som sa aj nad tým, čo treba urobiť, aby sa udržala v čistote. *Aké drobné práce treba urobiť v tejto izbe?* A tak som si presne spísala, aké drobné práce sú nevyhnutné na to, aby sa udržal poriadok a čistota v rámci dňa, týždňa či sezóny. Pre mňa boli základnými dennými povinnosťami v detských izbách ustielanie postelí a odloženie vecí do šatníkov, ako aj hračiek a kníh. Upratovanie zásuviek, vysávanie a utieranie prachu boli veci, ktoré som si vyhradila na každé dva týždne. Sem patrila aj výmena posteľnej bielizne. Dvakrát do roka sme robili spoločne veľké upratovanie a vyčistili sme všetko špinavé, vytriedili a uskladnili sezónne oblečenie a oprali sme deky a záclony.

Dôležité však bolo: *Kto urobí ktorú prácu?* Nikdy som nebola presvedčená o tom, že všetka práca v dome je na mame. Dobrí manažéri nerobia všetky drobné povinnosti sami. Naopak, zveria práce ľuďom podľa ich schopností. A ako raz povedal môj priateľ: „Keď dokážu deti jazdiť na skateboarde a bicyklovať sa, určite sa naučia, ako držať vysávač!“ Deti a manžel nie sú povolaní na to, aby vykonávali drobné práce a úlohy, aby tak „pomohli mame“. Sú tiež povolaní byť správcami nad svojou časťou stvorenia rovnako ako ja.

Pri každej drobnej práci v každej izbe som určila, kto je schopný čo urobiť – denne, týždenne a sezónne. Pre každého sa zaručene niečo našlo! Tak som urobila tabuľky s povinnosťami a vyvesila ich na vhodné miesto. Týždenné tabuľky týkajúce sa upratovania prízemí som dala do kuchyne. Každá detská izba mala tabuľku týkajúcu sa upratovania.

A tak sa naskytla ďalšia otázka, *kedy sa tieto práce budú robiť?* Upratovanie izieb som naplánovala v čase vstávania a pred spaním. Drobné povinnosti v kuchyni a upratovanie prízemí som rozvrhla pred jedlom a po ňom. Prízemie sme upratovali raz do týždňa v piatok. Potom nasledoval „motivačný“ večer plný hudby, párkov v rožku, zemiakových lupienkov a video. Poschodie sme upratovali každú druhú sobotu a po nej bol voľný deň. Na sezónne práce som naplánovala zopár týždňov na jar a na jeseň. Pranie bolo v ľubovoľnom čase pred raňajkami a po nich, počas prestávky detí, keď som varila večeru atď. Takže keď som mala chvíľu voľna, naložila

som várku do práčky. Deti si potom oprané oblečenie poodkladali do izieb pred obedom alebo večerou. Ja som to urobila pred spaním.

Keď sa náhle objavili ďalšie práce, ako napríklad kŕmenie mačiek a vyháňanie smetí, zapísala som si ich zakaždým, keď som si všimla, že sme s nimi nepočítali, a určila som čas, kedy sa urobia.

Sadla som si aj s manželom a pomohla mu analyzovať, ktoré potreby si vyžaduje dom, ako aj majetok mimo domu – trávniky, garáž, kôlna, záhrada atď. Pripojili sme potrebné práce na zoznam a odložili zoznamy opráv, nákupov a projektov do budúcnosti.

Ako začať

Prvou vecou je dať si dom do poriadku a vypracovať si bežné práce. Možno sa obrátite o pomoc na iné zdroje. Prečítala som veľa kníh o zorganizovaní si domácnosti a všetky z nich mali čo ponúknuť. Takmer každý program, ktorý sa vám páči, postačí, ale ja odporúčam postup, ktorý som práve opísala, pretože je taký jednoduchý.

Ak ste s tým hotoví a veci pokojne plynú, mali by ste si dať dokopy financie a rozpočet, ak už tak vy či váš manžel nerobíte. Opäť máte možnosť čerpať z rozličných prameňov, ktoré vám pomôžu, ale tu vám ponúknem jednoduché riešenie, ako s tým začať.

Najprv to prediskutujte s manželom a čo najviac na tom pracujte spoločne. Ktorý z vás sa viac hodí na to, aby spravoval financie? Pomohlo by, keby ste na to najali niekoho iného, kto by lepšie zvládol túto úlohu?

Kúpte si kartotéku a nejaké zaraďovače, alebo vyprázdňte tie, ktoré už máte. Založte si rýchliviazač na každý dôležitý doklad, ktorý sa v dome nachádza. Zoraďte ich podľa abecedy. Vytvorte priestor na potvrdenky, ktoré budete teraz odkladať, a vyhradte si jeden zápisník na zaznamenávanie vašich výdavkov a ďalší na týždenný, dvojtýždenný alebo mesačný rozpočet. Stanovte si jeden deň každý týždeň alebo každé dva týždne, alebo každý mesiac, keď sa budete venovať účtom v zápisníkoch a plánovať nákupy.

Potom si sadnite s predchádzajúcimi záznamami alebo bločkami, alebo urobte rozumný odhad v nasledujúcich otázkach:

- *Aký príjem pravidelne dostávame?*
- *Aký desiatok treba dávať, aby sme sa uistili, že sme splnili túto povinnosť a zakúsili Božie požehnanie?*
- *Aké sú naše základné a nevyhnutné mesačné výdavky? Zvážte hypotéku, nájomné, poisťné náklady, poplatok za vedenie účtu v banke, účet za plyn a elektrinu, poplatky za auto, telefón, internet, potraviny, opravy auta, výdavky na lekára a zubára, oblečenie, ročné poplatky (registrácia auta, náklady na odpad, licencie, dane) atď.*
- *Koľko peňazí dlhujeme okrem poplatkov za auto a dom (byt)? Komu ich dlžíme? Koľko? Aký je splátkový kalendár?*
- *Aké iné výdavky bežne máme? Koľko minujeme mesačne alebo ročne (za údržbu domu, oblečenie, vzdelanie atď.)?*
- *Môžeme v tomto čase vyčleniť niečo na sporenie? Ak nie, prečo je to tak? Dá sa niečo urobiť preto, aby sme pravidelne sporili? Ak nám zvýši veľa peňazí, môžeme nejakým osobitným spôsobom pomôcť tým, čo nemajú toľko šťastia ako my? Môžeme vyplatiť niektoré dlhy skôr?*

Na základe výpočtov, na ktoré ste prišli, vypracujte s manželom mesačný rozpočet, ktorý zahŕňa dávanie desiatku, nevyhnutné výdavky. Zníženie dlhov si zvolte ako prvoradé. Pridajte aj malú sumu „osobných peňazí“, ktorú môže každý z vás slobodne minúť, aby sa vyhol úplnej frustrácii.

Ďalšie kroky

Keďže naša úloha živiť zaberá veľa z nášho času, bude trvať určitý čas, kým sa všetko zosúladí. Môžeme počítať s rokom, ba aj s dlhším časom. Kľúčom je na tom dôsledne pracovať a najmä niekde začať.

Jadrom reguly v tejto oblasti je niečo, o čom môžete premýšľať počas modlitebného času a osobného voľna. Bohu veľmi záleží na tom, aby vám pomohol všetko dať dohromady, lebo vie, že to značne zníži stres, ktorému ste vystavení – a on chce, aby ste boli spokojní a zdraví!

Pouvažujte, či naozaj pokladáte úlohu živila za poslanie správcovstva, o ktoré sa delíte s Bohom, alebo za niečo, čo nesiete iba na svojich pleciah. Prevziať všetku zodpovednosť za váš domov a financie môže často spôsobiť vážny stres a beznádej, ak v tom máte problémy. Potrebujete nejakým spôsobom posilniť vašu dôveru v Boha?

Mohli by ste urobiť niečo, aby ste sa lepšie postarali o veci, ktoré máte? Míňate veľa peňazí na veci, oblečenie a elektrinu? Môžete si nejaké veci vyrobiť sami, aby ste ušetrili? Potrebujete si najatť pomoc, aby ste si vyhradili priestor na iné, väčšie priority vo vašom živote?

Trpíte skôr nenásytnosťou ako nedostatkom? Čo môžete urobiť, aby ste ovládli nezriadené túžby po veciach? Ďakujete Bohu za dobré veci, ktoré vám dal? Ak máte nedostatočný príjem, môžete rozumným spôsobom uplatniť svoje talenty a záujmy, aby ste naplnili svoje potreby?

Piatou prioritou – živila sme uzavreli špecifické hľadiská manželského povolania. Jadrom tejto priority je jasne rozpoznať, že aj tá najobyčajnejšia práca má vysokú dôstojnosť, ktorú jej prideliť Boh, a že všetko, čo urobíme s naším majetkom a peniazmi, má zadosťučiniť povinnostiam správcov, ku ktorým nás Boh povoláva.

Môže nás pokúšať, aby sme tejto priorite dali prednosť pred ostatnými. A to tým spôsobom, že budeme takí zabraní do domácich prác alebo zamestnania, že odstrčíme ľudí na okraj záujmu. V piatom „P“ ide v skutočnosti o zabezpečenie usporiadaného javiska, na ktorom sa musí odohrať celá hra milujúceho vzťahu; herci by sa mali sústreďovať na výkon, a nie na špinavú, neprehľadnú scénu.

Musíme zjednodušiť všetky naše povinnosti v tejto oblasti, aby sme mali skutočne čas postarať sa o náš vzťah k Bohu, o našich manželov a naše deti milujúcim a vyrovnaným spôsobom.

Ôsma kapitola

Vytvoriť si regulu



Práve ste uzavreli základný rozbor všetkých hlavných hľadísk vášho povolania. Navrhla som vám, aby ste vo vašich tabuľkách a rozvrhoch počítali so všetkými piatimi prioritami. Doteraz máte možno iba všeobecnú predstavu o niektorých časových rozvrhoch. Možno ste ich dokonca už aj realizovali a treba urobiť už iba malé dokončovacie práce.

Možno však iba pozeráte na zápisník plný čmáraníc a potrebujete ešte malé usmernenie, aby ste to celé dali dohromady. Prejdem s vami spôsob plánovania rozvrhov a tabuliek, aký som použila pri vytváraní mojej reguly. Pomôžem vám vytvoriť si základný rozvrh rozdelený na denné, týždenné a mesačné úseky. Neobsiahne to *všetky* vaše povinnosti, ale pomôže vám to začať. Môžete sa obrátiť na moju regulu a vzory tabuliek v tejto knihe, aby ste si vedeli predstaviť, ako by mal konečný produkt vyzerieť.

Celý tento postup vás môže niekedy odradiť, najmä ak čítate túto kapitolu na jedno posedenie! Nakoniec však budete mať rozobranú celú regulu a všetky potrebné detaily na pár kúskoch papiera alebo na plagátoch rozvešaných po dome. Už nikdy nemusíte prejsť celý rozbor odznova! A ani vy, ani vaše deti ho nebudete musieť stále sledovať, pretože sa to stane vašim zvykom. Tabuľky a napísané rozvrhy sú výchovným prostriedkom,

aby ste vedeli, čo kedy robiť, a pomohli vám zorganizovať si život tak, aby sa to pre vás stalo rutinou a zároveň ste sa mohli viac priblížiť k Bohu.

Ako si vytvoríť denný rozvrh

Najprv vytvoríme základnú štruktúru pre váš denný rozvrh (pozri Tabuľku 1).

Na kus papiera alebo na dva (alebo desať!) začnite s hrubým ná-kresom tabuľky. Rozdelte stranu do toľkých stĺpcov, koľko máte osôb v rodine. Teraz urobte riadky a na ľavý okraj každého riadku vpište čas. Začnite s časom, kedy ste sa rozhodli, že budete vstávať, a pokračujte s polhodinovými intervalmi (alebo štvrt hodinovými), kým nedôjdete k času spánku. Potom vpište do príslušného políčka váš „čas vstávania“ a „čas spánku“. Urobte to isté aj so stĺpcami detí.

Ďalej pouvažujte o dennej modlitbe a vpište do svojho stĺpca „Modlitba“ do tých časových úsekov, v ktorých sa budete modliť. Potom vyplňte činnosti, ktoré ste pre deti určili počas vašich modlitebných časov. Ak sa niekedy budú modliť s vami, vyplňte políčko aj pod ich menami. Ak ste si naplánovali rôzne veci na odlišné dni, či už pre vás, alebo pre deti, rozlíšte tieto činnosti v rovnakom časovom úseku; napríklad: „Po/Ut/Pia svätá omša, St/Štv/So Biblia.“ Pridajte do tabuľky rodinnú modlitbu. A ak ste dohodli s deťmi ich vlastné modlitebné časy, zapíšte ich tiež do príslušných políčok.

Ďalší najprirodzenejší časový úsek možno priradiť jedlu. Vpište raňajky, obed a večeru do príslušných časových políčok (a tiež desiatu a olivrant, ak máte malé deti). Zvyčajne vpisujem jedlo veľkými tlačenými písmenami cez celé políčko v riadku, pretože všetci robíme tieto veci naraz.

Vpište prestávky alebo čas vonku pre deti tak, že pokryjete toľko stĺpcov v riadku, na koľko detí sa to vzťahuje. Ak pracujete mimo domu, pridajte čas šoférovania, vyzdvihovanie detí, prestávky na kávu a čas na obed. Pridajte aj

zorganizovať sí život

čas spánku pre najmenšie deti tak, že vyplníte políčko pod menom dieťaťa podľa času, kedy bežne spáva. Okrem toho môžete vpišať aj veci, ktoré potrebujete robiť konkrétne pre manžela, a to pravidelne a v stanovenom čase.

Ako si naplánovať čas na denné drobné povinnosti

Ďalej chceme stanoviť čas na všetky drobné úlohy a povinnosti, ktoré sa musia vykonať v priebehu dňa (pozri Tabuľku 2).

Začnite s hygienou. Keďže predpokladáme, že hygiena sa musí robiť ráno a večer, vpište do príslušných políčok „Ranné povinnosti – hygiena“, a „Večerné povinnosti – hygiena“. Osobné ranné povinnosti môžu nasledovať po vstávaní a môžu sa priradiť do políčka „Vstávanie“ alebo môžu prísť na rad po raňajkách. Večerné povinnosti sa môžu priradiť do políčka pred spánkom alebo pre tých najmenších hneď za večerou. Vpište tieto úlohy pre každé z vašich detí do príslušných políčok.

Ďalej je najjednoduchšie pripojiť kuchyňu a iné povinnosti s ňou súvisiace k časom jedla. Môžete napríklad vytvoríť čas na niektoré úlohy pred raňajkami a na iné po raňajkách. Môžete ich však podľa okolností umiestniť aj do iných časových úsekov. Rozhodnutie je na vás. Toto je iba zjednodušený spôsob, ako začať. Pri každom jedle vyčleňte priestor na úlohy „pred“ a „po“ jedle a vpište ich do príslušných políčok.

(Kliknutím na odkazy sa presuniete na tabuľky.)

Tabuľka 1: Štruktúra denného režimu (str. 181)

Tabuľka 2: Časy denných povinností a prác (str. 182)

Možno budete chcieť pridať ešte ďalšie časy na ďalšie úlohy a povinnosti. Naplánovala som si „večerné povinnosti“ na neskorší čas večer. Patria sem veci, ktoré potrebujem upratať alebo pripraviť na ďalší deň.

Ako si vytvoriť tabuľku denného režimu

Nateraz už máte naplánovaný čas vstávania a spánku, dennú modlitbu, hygienu, jedlo a drobné práce a rôzne iné povinnosti, ktoré sa cez deň vyskytnú. Teraz ich rozpíšete do jednotlivých tabuliek a priradíte im logické miesto. Najprv si asi vytvoríte hrubú tabuľku na každú kategóriu a v priebehu nasledujúceho týždňa či dvoch vpíšete veci, na ktoré ste pri rozbere zabudli. Po čase sa prestanú objavovať nečakané veci, a tak môžete vytvoriť stabilnejšiu tabuľku. Možno si ich budete chcieť zaliat do fólie.

Na modlitbový čas si vytvorte malú tabuľku zahŕňajúcu formy modlitieb, pre ktoré ste sa rozhodli v jednotlivých časových úsekoch. (Pozri tabuľku 3A.) Keďže budete tabuľky pravidelne používať, možno do tejto budete chcieť pridať aj témy týkajúce sa štúdia viery, ktorým sa budete venovať budúci rok. Potom si ju môžete vložiť medzi stránky Písma, aby ste ju mali pri modlitbe poruke.

Ďalej si vytvorte dve tabuľky s názvom „Ranné povinnosti“ a „Večerné povinnosti“. (Pozri tabuľku 3B.) Tieto povinnosti vykonajte v časoch, ktoré ste prideliť hygiene. Pozrite sa do svojho zápisníka a prebehnite *všetky* úlohy, ktoré potrebujete vy a vaše deti urobiť v týchto časoch. Do ranných povinností zapíšte alebo nakreslite tie, ktoré musí vykonať každý bez ohľadu na vek: „Hygienu: umyť si ruky a tvár, vyčistiť si zuby a očesať si vlasy, obliecť sa.“ „Izby: ustlať posteľ, odložiť pyžamá, upratať izbu.“ Buďte konkrétni a rozpíšete každú jednu úlohu.

Tabuľka 3A: Možnosti modlitieb (str. 183)

Tabuľka 3B: Ranné a večerné povinnosti (str. 184)

Potom prejdite k povinnostiam, ktoré vykonávajú konkrétne osoby, a rozdeľte tabuľku do stĺpcov s menom každej osoby na vrchole stĺpca. Za-

píšte pod meno každej z osôb konkrétnu úlohu, ktorú bude vykonávať. Môžu sem patriť aj iné činnosti, ktoré sa objavia časom; neskôr som vpísala pod jednotlivé mená úlohy, ako napríklad priniesť dolu bielizeň (Nicky) a vypnúť svetlá na poschodí (Luke), doniesť riad, ktorý bol v izbách (Luke), pomôcť Virginii s rannou hygienou, obliekaním, ustielaním posteľe (Jessica) a postarať sa o psa (Anna). Umiestnite túto tabuľku na rozumné miesto (moju som dala do chodby na poschodí) a podobne vyplňte tabuľku pre večerné povinnosti.

Mali by ste počítať aj s večernými povinnosťami. Ja som umiestnila malý zoznam vecí, ktoré treba urobiť, kým pôjdem spať. Zvyčajne mi zaberú okolo pol hodiny.

Ďalej vypracujte tabuľky na povinnosti pred jedlom a po jedle. (Pozri tabuľku 4A, 4B a 4C.) Začnite s hrubým náčrtom. Na tri listy papiera napíšte konkrétne jedlo veľkými písmenami do stredu papiera. Teraz máte časť papiera nad nápisom na poznačenie povinností pred jedlom a časť pod ním na povinnosti po jedle. Vytvorte toľko stĺpcov na každej strane, koľko ľudí je do toho zapojených, a označte každý stĺpec menom osoby.

Začnite s aktuálnymi povinnosťami, ktoré sa týkajú jedla. Ktoré úlohy treba vykonať pred jedlom (pripraviť stôl, variť)? Ktoré sa musia urobiť potom (upratať stôl, umyť riad)? Kto sa hodí na ktorú úlohu? Vpíšte každú úlohu pod príslušné meno a do správneho časového políčka.

Teraz trochu rozvedieme, čo sa bude diať v týchto časoch úloh. Sú nejaké ďalšie povinnosti, ktoré chcete robiť denne a ktoré sa sem hodia, ako napríklad upratovanie izby, užívanie vitamínov, zametanie, upratovanie topánok a rukavíc, kŕmenie psa a podobne? Pozrite sa do zápisníka, prezrite si *všetky* denné úlohy a rozdeľte ich podľa schopností a dispozícií.

Musíte sa pohrať s tým, aby ste vytvorili vyvážený, takmer pracovný rozvrh pre každú osobu. Môžete sa pohrať aj s úlohami medzi jednotlivými časmi jedál; možno pridete na to, že priestor na povinnosti pri raňajkách je zaplnený, ale na obed alebo na večeru niet takmer čo robiť. Pouvažujte, ktorým úlohám možno prideliť lepší čas, aby bola práca počas dňa vyvážená.

Pridajte aj čas prania. Ja si zvyčajne píšem „Bielizeň“ do svojho stĺpca na povinnosti pred jedlom a po jedle, ako aj do ďalších menších časových úsekov počas dňa. (Keďže to mám pravidelne zapísané, pomôže mi to, aby som si to pamätala.) Deťom naplánujem, aby si bielizeň odniesli do izieb pred večerou.

Počas zavádzania rozvrhu do praxe sa vám niektoré veci objavia. Niekoľko týždňov si ponechajte tabuľky v hrubom náčrte, a keď sa niečo nové vyskytne, pozrite si tabuľky a spýtajte sa: „Kto to môže urobiť?“ a „Kedy sa to môže urobiť?“ a zapíšte si odpovede.

Po niekoľkých týždňoch môžete urobiť kópiu tabuľky s jedlami; ja mám zvyčajne jednu tabuľku so všetkými povinnosťami, ktoré sa týkajú jedla. Zaliatu vo fólii ju môžete umiestniť niekde v kuchyni. Dodržiavajte rovnaké úlohy aspoň jeden rok. Čoskoro si každý na to zvykne a tabuľky sa už nebudú toľko používať.

Ako si naplánovať ďalšie denné úlohy

Doteraz sme prebrali modlitbu, ako aj všetky hlavné povinnosti, ktoré treba robiť denne, vrátane osobnej hygieny, upratovania či iných domácich činností, jedla a upratovania kuchyne, ako aj vecí, ktoré možno urobíte pre manžela. Tento režim vám dožičí spokojnosť a oddych, udrží vaše deti a šaty v čistote a váš duchovný život bude v poriadku. To je naozaj skvelý výkon!

Tabuľka 4A: Povinnosti pri raňajkách (str. 185)

Tabuľka 4B : Obedňajšie povinnosti (str. 186)

Tabuľka 4C: Povinnosti pri večeri (str. 187)

Teraz sa už dostávate k veciam, ktoré sú špecifické pre vaše okolnosti. Ak ste sa držali mojej metódy, zbadáte, že vám vzniknú veľké časové okná

medzi jedlami aj večer, ak ste si tam doteraz nič nenaplánovali. Treba sa rozhodnúť, ako využijete tento čas.

Ja sa venujem vzdelávaniu detí ráno a veľkú časť popoludnia. Časové úseky v mojom rozvrhu hovoria jednoznačne „škola“. Tu zároveň používam aj iný rozvrh podľa osôb (detí), presne ako v hlavnom rozvrhu. A tak zatiaľ čo v rozvrhu uvádzam všeobecný zoznam činností, používam viaceré rozvrhy naraz, aby deti mohli robiť jednu vec, kým ja robím inú. Tento školský rozvrh používam pružnejšie. Líši sa zo dňa na deň, čo odbúrava monotónnosť, a ja ho často mením podľa ročného obdobia a stupňa ponorkovej choroby, ktorá nás môže prepadnúť. Dôležité je, že od 9.00 až do poludnia okrem prestávky vonku a prestávky na modlitbu máme školu. Týmto sa zaoberá moja regula.

Popoludní si zvyčajne vyhradím čas na ďalšiu prácu. Sem patrí čokoľvek – od konkrétnych domácich projektov až po pravidelné týždenné úlohy (ku ktorým sa dostaneme o chvíľu), po návštevy, záhradníčenie alebo pečenie atď. Hlavné je, že každé popoludnie v tom čase niečo robím a zvyčajne si to naplánujem noc predtým alebo poobede ku koncu môjho oddychového času.

Večer si vyhradím čas na prechádzku (aj keď to nedodržiavam, ako by bolo treba!). Mám vyhradený čas na osobné záľuby, zotavenie či na voľno s deťmi. Väčšina večerov, po tom, ako idú deti spať, je vyhradená najmä pre môjho manžela, na študijné projekty, šitie či niečo iné, čo môžem robiť uvoľneným a pokojným tempom.

Môžete mať v týchto časoch naplánované zamestnanie vonku alebo konkrétne činnosti, ktoré robíte s deťmi, alebo podnikanie atď. Ak sa dá, urobte zo všetkého rutinu. Vyhradte si dostatok času na zvyšné denné povinnosti a robte ich v pridelených časoch. (Pozri tabuľku 5 Môj kompletný denný rozvrh.)

Ako si zorganizovať týždenný a ročný rozvrh

Mnohé veci sa nedejú denne, ale týždenne, alebo každé dva týždne, a niektoré veci sa vyskytnú iba sezónne. Aj tieto chceme čo možno najviac zjednodušiť.

Najprv navrhujem zostaviť malú tabuľku s názvom „Týždenné úlohy“. Pripravte si ju na dva či dokonca na štyri týždne, čo zobrazuje mesačný kalendár. Uveďte všetky dni a rozdeľte každý z nich na tri časti: ráno, popoludnie a večer. (Pozri tabuľku 6A a 6B.) Teraz vpíšte veci, ktoré sa dejú iba každý týždeň alebo každý druhý týždeň, či mesačne. Prejdite si zápisník a vyberte každú vec, ktorú ste si naplánovali a ktorá nespadá do denného režimu. Vpíšte ju do príslušného dňa do zodpovedajúceho časového úseku.

Začnite so svojimi potrebami či s potrebami vašej rodiny. Môžu sem patriť aj duchovné potreby: modlitebné skupiny, hodiny adorácie, svätá omša a spoveď, duchovná obnova a duchovné vedenie, či hodiny katechizmu. Pridajte aj záľuby a cvičenie a spoločenské podujatia pre vás a vaše deti: hodiny maľovania, korčuľovanie, bazén alebo telocvičňu, večer s priateľmi, plánované návštevy starej mamy. Vyhradte miesto každej pravidelnej aktivite, ktorú budete robiť s manželom, ako noc vonku alebo činnosti, ktoré chcete vy či manžel robiť pravidelne, napríklad dobrovoľníctvo. Pridajte aj ďalšie osobné záležitosti, ktoré robíte raz za týždeň alebo menej často, ako napríklad manikúra alebo návšteva kadevníčky.

Tabuľka 5: Kompletný denný rozvrh (str. 188)

Tabuľka 6A: Týždenný režim (Týždeň 1) (str. 189)

Tabuľka 6B: Týždenný režim (Týždeň 2) (str. 190)

Pozrite sa na týždenné a mesačné povinnosti a úlohy, ktoré ste si zapísali pri analýze izby. Určite si čas aj na tieto činnosti: týždenné upratovanie, dni odvozu smetí, pranie postelnej bielizne a uterákov, čistenie

mrazničky a sporáka atď. Doplňte aj ďalšie veci, ako napríklad čas na financie, platenie účtov, účtovnú uzávierku, nákup potravín, vybavovanie pochôdzok, zamestnanie na polovičný úväzok alebo ďalšie potreby konkrétne na vašu situáciu.

Ak robíte svoje denné plánovanie, skontrolujte si tabuľku „Týždenných povinností“, aby ste zistili, či neobsahuje nejakú úlohu či povinnosť, ktorú by ste mohli zahrnúť medzi denné povinnosti.

Ďalej si vytvorte malú tabuľku na celý rok. Rozdeľte ju do dvanástich stĺpcov a každý označte názvom mesiaca. (Pozri tabuľku 7.) Do nej zapíšte tie aktivity, ktoré sa vyskytnú iba sezónne. Prejdite si zápisník a vyhľadajte ich. Zapíšte si ich. Možno si zapíšete na máj a jún „Vysádzanie záhrady“ alebo „Plánovanie školského rozvrhu“ na máj a august, alebo „Umývanie okien“ na máj a október. Na začiatku každého mesiaca si prebehnite zoznam vecí potrebných na zapamätanie si rozličných činností, na ktoré si musíte vyhradiť čas v nadchádzajúcich týždňoch.

Ako si zostaviť Tabuľku týždenných povinností

Možno považujete aj nad používaním tabuľky týždenných povinností, ktoré podrobne opisujú úlohy, ktoré sa vykonávajú raz za týždeň v tých časoch, ktoré ste už zaviedli v tabuľkách týždenného režimu. Ja jednoducho vypíšem názov každej izby na vrch papiera, presne spíšem zoznam tých povinností, ktoré treba urobiť v každej izbe každý týždeň. Potom poverím manžela, deti alebo samu seba starostlivosťou o konkrétnu izbu. (Pozri tabuľku 8.)

Tabuľka 7: Sezónne aktivity (str. 191)

Aby mi pomohli aj tie najmenšie deti, zakrúžkujem červeným perom veci, ktoré môže urobiť aj batola. V deň upratovania prídu deti za mnou a ja prečítam zoznam a pridelím im nejakú prácu. (Obzvlášť si obľúbili čistenie okien prípravkom s rozprašovačom!) Tieto tabuľky sú zaliate vo fólii a zavesené v kuchyni.

Nepravidelné záležitosti

V súvislosti s ročným obdobím alebo vekom detí sa vyskytnú ďalšie veci – ako vyšetrenie u lekára alebo športové aktivity, či podnikateľské príležitosti – a predpokladám, že sa do nich pustíte, keď prídu. Do vašej reguly nemusíte zahrnúť ojedinelé veci. Treba sa zaoberať iba tými vecami, ktoré sú podstatné, základné a pravidelné.

Čo je dôležité tiež si zvážiť

Treba mať na mysli, že vďaka regule sa snažíme žiť svoje povolanie, a nie iba plniť rozvrh. Na začiatku každého časového úseku je dôležité si pripomenúť, že to všetko robíte ako odpoveď na Božie volanie. Tu by ste sa mali naučiť pozdvihnúť svoju myseľ a srdce k nemu, ponúknuť mu všetko, čo robíte, a poprosiť ho, aby požehnal vašu naplánovanú činnosť. Možno by ste mali napísať aj krátku modlitbu a zavesiť ju nad váš rozvrh. Môžete sa ju pomodliť pred každou novou činnosťou. Pri obracaní sa na váš rozvrh máte ideálnu príležitosť na chvíľku sa zastaviť a zasvätiť tento čas Bohu.

Aby mala vaša regula úspech, podstatné je vedieť, že uplatniť regulu je veľmi ťažké, ak je váš dom hore nohami. Regula vám pomôže *udržať* poriadok, ale v prvom rade sa musí dosiahnuť aspoň nejaká úroveň poriadku. Hoci predpokladám, že začnete s vašou regulou ihneď, rovnako dôležité je usporiadať si domov podľa analýz jednotlivých izieb.

Tabuľka 8: Povinnosti raz týždenne (str. 192)

Vymenujem presne zoznam povinností, aby ich každé dieťa mohlo samostatne vykonať.

**udržať
poriadok**

Vzor: Obývacia izba

1. Odtiahni gauč. Pozbieraj každú vec, ktorú tam nájdeš, a odlož ju *presne* tam, kde patrí. Povysávaj. Daj gauč na miesto.
 2. Urob to isté so všetkými gaučami, kreslami a stojanom na televízor.
 3. Zdvihni každú hračku, knihu, smeti a všetko ostatné z dlážky, kresiel alebo stolov a odlož to tam, kde to patrí.
 4. Vypráš poťahy. Zdvihni sošky, vázy a sviečky a poutieraj pod nimi prach. Vráť ich *presne* na miesto.
 5. Poupратuj police s knihami. Zoraď knihy zvisle. Poutieraj prach.
 6. Poutieraj prach na prednej i zadnej časti televízora. Odlož na miesto videokazety/DVD.
 7. Poutieraj prach na okenných parapetoch a polej kvety jedným pohárom vody.
 8. Ak treba, poumývaj všetky okná a televíznu obrazovku.
 9. Poutieraj prach na mojom stolíku, ale nechaj mi tam knihy (a všetko ostatné). Ja si ich odložím.
 10. Povysávaj izbu, najmä v rohoch a za dverami.
 11. Umy dlážku handrou. Potom s čistou vyžmýkanou handrou pretri dlážku.
 12. Chod' sa opýtať mamy, či treba ešte niečo urobiť.
- Uložte všetko na miesto, ktoré ste si určili. Odložte z cesty veci, pre ktoré ste ešte nenašli miesto, a dajte ich do „prechodnej“ miestnosti. Použite kôš v rohu na tie veci, ktoré sa nehodia do domu. Naučte vašu rodinu, kam veci patria, a venujte prvý týždeň či dva, aby ste na to dohliadali.
- Ak nezvládnete drieť ako blázon tri či štyri dni, aby sa to urýchlilo, zaveďte do reguly počiatočný čas, keď budete pracovať na domácom poriadku. Môže to byť v soboty, keď máte voľno z práce. Alebo môžete využiť čas dovolenky, alebo si to naplánovať na popoludnie. Alebo sa môžete na týždeň prestať venovať domácomu vzdelávaniu a zobrať si deti na pomoc. Poriadne si usporiadať domov je najdôležitejšie na to, aby ste sa dokázali riadiť podľa reguly.

Ďalšie využitie vášho zápisníka

Váš zápisník môže byť nepretržitým zdrojom organizovania vecí vo vašom živote. Už ste si zapísali nejaké opravy a vylepšenia vášho domova, ktoré treba urobiť, a tak sa pri zostavovaní rozpočtu a plánovaní nákupov môžete obrátiť na váš zápisník, aby ste zistili, čo treba nakúpiť. Keďže si píšete aj zoznam splátok, môžete sa rozhodnúť, ktoré splatíte skôr.

Po čase zistíte, že sa objavia oblasti, o ktorých ste ešte neuvažovali. Vždy, keď sa vynorí nová téma – ako zoznam vianočných darčiekov, nápady na dovolenku, nápady na liturgické sviatky, námety na štúdium či potreba nového oblečenia –, môžete zostaviť novú stranu. Majte prehľad o všetkom, čo potrebujete či chcete, a dajte to na papier. Zapište si to a vráťte sa k tomu, keď bude na to vhodný čas.

Dajte vašej regule nádych nadprirodzena

požehnanie

Zakaždým, keď prejdete k ďalšej plánovanej činnosti, obetujte ju Bohu a poproste ho o pomoc a požehnanie. Osvojte si ducha poslušnosti voči Božej vôli. Pustite sa do každej úlohy, akoby

ste priamo odpovedali Bohu, ktorý sa vás pýta: „Operieš teraz bielizeň?“

Iba odpovedzte: „Áno, operiem.“ A usmejte sa na neho. Tak sa budete približovať k srdcu vašej reguly matky.

Deviata kapitola

Rozhodnúť sa



Mohla by som vám porozprávať oveľa viac vecí, ktoré som sa naučila o zostavovaní životnej reguly matky. Mohla by som vám povedať, aby ste zjednodušovali – aby ste sa zbavili všetkých tých vecí navyše, ktoré vám iba zaberajú priestor v dome a spôsobujú, že musíte deň čo deň premiestňovať veci z miesta na miesto.

Mohla by som vám povedať, aby ste zjednodušili aj svoje činnosti; keď ste príliš rozlietani, nedokázate splniť svoje povinnosti v pokoji, tichu a sústredení.

Mohla by som opäť klásť dôraz na vyváženosť vášho denného rozvrhu. Povzbudzujem vás, aby ste ani príliš veľa nepracovali, ani sa príliš nehrali, ale robili všetko s mierou a v správnom pomere. Radila by som vám, aby ste dôsledne pracovali tak, že začnete robiť malé krôčiky, budete sa do vecí púšťať pomaly a budete mať trpezlivosť s počiatočnou skromnou snahou.

Mohla by som vám tiež povedať, že znechutenie, aj keď je veľmi skutočné a zdanlivo prirodzené, je tiež pokušením pekla. Cieľom znechutenia je, aby ste mali zo seba zlý pocit a báli sa priblížiť k trónu Božieho milo-

robíť všetko
s mierou

srdenstva. Ak pocítite toto pokušenie, radím vám, aby ste si dali prestávku na kávu a na všetko na chvíľu zabudli, kým nebudete pripravení znovu začať.

Nejde o osvojenie si systému

Áno, mohla by som vám rozprávať šesť hodín, šesť dní, šesť mesiacov, ale stále by ste nedokázali navrhnúť či zaviesť alebo udržať si vlastnú regulu matky. Pretože vytvoriť si životnú regulu neznamena iba zostaviť si postupy na organizovanie domácnosti – hoci môžu pomôcť. Nie je to iba o zodpovedaní správnych otázok – hoci otázky, ktoré som položila pre každé „P“, sú dobrým východiskovým bodom. Nejde iba o to, počúvnuť správnu radu.

Poviem vám, že veľa ráz som sa snažila osvojiť si spôsob niekoho iného, ako organizovať veci, a u mňa to nefungovalo; koľko ráz mi to pripomenulo, že neexistuje niečo také, ako rýchle riešenie, ktoré prinesie poriadok do domova a života. Nie je to iba o tom, že si vyberiem nejaký systém, ktorý by som mohla zaviesť, a potom budem spokojná a svätá.

Vytvoriť si regulu matky záviselo od niečoho iného a to niečo som bola ja. Nič u mňa nefungovalo až do dňa, keď som bola taká zúfalá, že som sa rozhodla čeliť môjmu povolaniu, zraziť ho k zemi a premôcť ho. Bola som už taká frustrovaná zo svojho života, že som musela urobiť rozhodnutie. *Musela som si vybrať.* Ako som neskôr zistila, nebolo to preto, že by bol môj domáci život až taký beznádejný, že som bola totálne preťažená, hoci som to tak často cítila. Bolo to preto, že som nerobila to, čo som mala robiť.

Tých príčin v priebehu môjho manželstva bolo mnoho. Musela som si vyriešiť osobné problémy, ktoré potrebovali byť uzdravené. Nevnímala som dôležitosť vychovávanie detí a domácich prác, pretože som bola presvedčená, že nie sú také dôležité ako iné veci. Hlavu som mala stále v oblakoch, snívajúc o čomsi „lepšom“. Cítila som sa nedostatočne vyškolená v oblasti organizovania domácnosti, hoci v iných oblastiach som bola dobre kvalifikovaná. No hlavnou chybou, ktorá mi bránila v tom, aby som viac pracovala na svojom povolaní a žila podľa neho, bola *lenivosť*.

Rafinovaná choroba vôle

Skôr než som začala so svojou regulou, napadla mi ohromujúca definícia frátra Johna Hardona o smrteľnom hriechu zvanom lenivosť. Lenivosť je „lenivosť vôle alebo otrava z vynaloženého úsilia nevyhnutného na vykonanie každej dobrej práce“. Áno, vedela som, aké to je, keď sa mi nechcelo

**neochota
vynaložiť úsilie**

vstať z kresla a otravovať sa s domácimi prácami. Vedela som, čo to znamená nudiť sa z toho dôvodu, že som doma.

„Dobrá práca môže byť fyzická úloha, ako napríklad chodenie; alebo duševná úloha, ako napríklad písanie; alebo duchovná povinnosť, ako je modlitba.“ Veru tak, patrí sem aj umývanie dlážky okolo záchodu alebo udržiavanie vyrovnaného rozpočtu, alebo modlitba ruženca v rodine!

„Neodmysliteľná pre lenivosť je neochota vynaložiť úsilie na výkon povinnosti, lebo si to vyžaduje obeť a úsilie.“ Koľko ráz som sa počula povedať: „Ale ja nechcem; bude to trvať večne?“

„Ako hriech sa to nesmie zamieňať so smútkom nad ťažkosťami spojenými so splnením záväzku, ani s neslobodnými pocitmi odporu, keď čelíme nepríjemnej práci. Stáva sa to hriechom, keď dovoľíme, aby zdráhanie ovplyvnilo vôľu, a následkom toho sa nevykoná to, čo by sa vykonať malo, alebo sa to vykoná horšie, ako by to vykonal zodpovedný človek.“

Takže keď sa mi niečo nechcelo urobiť, to bola jedna vec, ale ak som konala podľa tohto pocitu, potom sa to už stávalo hriechom. Ak som mala vo zvyku neumyť riad po obede alebo neustlať si ráno posteľ, či nepotrešťať deti za zlé správanie, potom sa veci nakopili a ja som zbadala naozaj iba ovocie svojej lenivosti.

„Lenivosť môže tiež znamenať odpor k Božím vnuknutiam alebo priateľstvu s Bohom, keď máme obetovať seba alebo prácu, čo je potrebné na spoluprácu s milosťou alebo na zachovanie si stavu milosti,“ píše fr. John

Hardon. „Tento druh lenivosti je v priamom protiklade s láskou k Bohu a je jedným z hlavných dôvodov, prečo sa niektorí ľudia možno po rokoch čnostného života prestávajú snažiť o dosiahnutie svätosti, alebo sa dokonca Bohu odcudzujú.“

Premýšľala som, či moja neschopnosť nájsť si náležitý čas na modlitbu nebola skôr dôsledkom lenivosti ako zaneprázdnenosti. Zdalo sa, že vždy som mala čas na čítanie knihy alebo časopisu, alebo na sledovanie televízie, ale s modlitbou to akosi nevychádzalo.

Začala som si uvedomovať, že lenivosť je skutočne smrteľný hriech, pretože je to choroba vôle. Je to duchovná rakovina, ktorá sa šíri potichu, takže to pacient ani nezbadá, a celý čas vyžiera duchovnú vitalitu. Vždy, keď som sa jej podvolila, dokonca v takej hlúpej veci, ako je pranie, dovolila som chorobe viac sa zakoreniť. Lenivosť by dokonca mohla ohroziť moju večnú spásu. Nechcela som stratiť dušu pre kopy špinavého šatstva!

A tak som uvidela skutočné spojenie medzi stavom mojej duše a stavom môjho domova a rodinného života. Možno som nemala obviňovať svoje povolanie za to, že sa mi zdalo také bezvýhodiskové; možno som bola na vine ja! Sama som si bola najhorším nepriateľom.

Neskôr som si uvedomila, že som prišla na všetko toto učenie o lenivosti počas tej zimy v novom tisícročí, keď som si myslela, že mi Ježiš nepomáha, ako sľúbil. On mi však *pomáhal*. Počas čítania Svätého písma mi odhalil veľmi závažnú trhlinu v mojej duši. A odrazu som to všetko asi po prvý raz vnímala veľmi vážne. Bola som úplne usvedčená – a trochu zúfalá. Ako mám nájsť východisko z tejto situácie? Cítila som sa príliš slabá.

Liek na lenivosť

Cítila som sa slabá, pretože som *bola* slabá. Lenivosť oslabuje vôľu. Existuje však liek, niečo môžeme urobiť my a niečo robí pre nás Boh. Po prvé: Boh chce, aby sme vedeli, že sme slabí. Ak to nevieme, nikdy si neuvedomíme, že potrebujeme Spasiteľa. Celý svet by mohol ťažiť z tohto malého zistenia. Boh však nechce, aby sme sa uspokojili s našou slabosťou, ani aby sme

ju použili ako výhovorku, že sa netreba snažiť viac. Slabosť nezmenšuje ani neohraničuje naše povolanie. Boh od nás chce, aby sme si to priznali a obrátili sa na neho s prosbou o pomoc.

Všetko milujúci, vševediaci, všadeprítomný a všemohúci Boh búrok a sopiek, slnečnej erupcie a hviezdnych galaxií nám chce pomôcť v našej bezvýznamnej malej pozemskej slabosti! Ale ako?

milosť sviatostí

Tak ako sme hovorili v prvej prioritě, Boh nám dáva milosť sviatostí, aby posilnili našu vôľu. Modlitbou a častým prijímaním sviatostí, najmä Najsvätejšej oltárnej sviatosti a sviatosti zmierenia, nám Boh začne dávať nadprirodzenú silu, ktorá nám pomôže povzniesť sa nad naše bežné obmedzenia a slabosti našej prirodzenosti.

Boh mi pomohol odhaliť môj sklon k lenivosti cez čítanie Svätého písma. Jedna z prvých vecí, ktoré môžeme urobiť, a jeden z hlavných liekov na lenivosť je posilniť naše presvedčenie. Netrápiť sa nad vecami, ktoré nepovažujeme za dôležité. Musíme si však uvedomiť, že práca a povinnosti piatich priorít sú veľmi dôležité – také dôležité, že naša spása spočíva na ich dôslednom plnení. Druhý krok zahrňa aktívny program štúdia a pomáha nám vážiť si svoje povolanie.

Po tretie, cvičme si svoju vôľu. Trochu sme to rozobrali v kapitole „Vlastná osoba“. Svoju vôľu podobne ako svoje svaly si môžeme precvičovať, robiť ju pevnejšou a vytrvalejšou. Vždy keď sa vedome rozhodujeme riadiť sa Božou vôľou, urobiť dobrý skutok, posilňujeme našu vôľu a zmenšujeme zovretie lenivosti nad našimi dušami. *Počíta sa každá maličkosť v každom čase.*

Tak namiesto obzerania sa po dome a konštatovania: „Toto všetko jednoducho nevládnem,“ sa môžem rozhodnúť urobiť niečo, čo je v mojej moci. Môžem sa rozhodnúť nezjesť už ďalší kúsok koláča. Môžem sa rozhodnúť objasť svoje dieťa. Môžem sa rozhodnúť dať trochu viac pri nedelňajšej zbierke. Začína to takýmito malými vecami. Naplánujte si, čo sa dá naplá-

novať, presadte to, robte to a vytvorte si z toho zvyk. Začnite si počas raného modlitebného času čítať zo Svätého písma. Nastavte si budík, vstaňte a dajte si šálku kávy. Sadnite si a čítajte. Rozhodnite sa jednoducho to urobiť. Nič sa nezmení, kým to neurobíte.

**urobiť niečo, čo je
v mojej moci**

Treba sa rozhodnúť – zvoliť si, že budete vedome a slobodne pravdiví voči svojmu povolaniu. Samotná táto voľba vám umožní zaviesť životnú regulu matky. Pamätám si na profesora psychológie, ako nám rozpovedal malý príbeh, ktorý som ocenila až neskôr. Povedal nám o fantasticknej novej tabletke Pokoja, ktorú práve vynasli. Keby každý vodca vo svete užil tú tabletku, všetky medzinárodné spory by sa hneď urovnali. Vyzeralo to ako skutočná odpoveď na vojny a konflikty vo svete, malo to však malý háčik: nedokázali prísť na to, ako dosiahnuť, aby si vodcovia tú tabletku vzali.

Rovnako aj životná regula matky naplní veľa potrieb a vyrieši veľa problémov vo vašom živote – ak sa pre ňu rozhodnete a v nej aj vytrváte. Ako raz povedala sv. Terézia z Avily svojim rehoľníckam: „Čo od nás chce Boh, je rozhodnutie našej vôle.“

Problém s kvakou

Kvaky by nemali mať nijaké dierky od červov, ak ich chcete predať. V Kanade je to kritérium, aby produkt dostal označenie „A“. Ak je tam dierka od červíka, môžete ju vyrezať nožom, ale nesmie sa pritom odlúpiť veľká časť šupky. Ak sú dierky od červíkov veľké a kvaka je celá poorezávaná, považuje sa za vyradenú a odhodí sa ako nepredajná. Ak je však na nej malá dierka od červíka a zvyšok kvaky je dobrej kvality, môžete ju položiť do debničky na predaj.

Philip vyrastal na rodinnej farme a často pracoval s najatými pomocníkmi, keď triedili a orezávali kvaky pred balením. Niekedy zbadal, že miera vyradených kvák je vyššia ako bežne a pri prehliadke často našiel dokonale

použiteľné kvaky v debničke na vyradené plodiny. Napokon si uvedomil, že kým dával osobitné inštrukcie robotníkom, väčšina z nich robila to, čo mala, a množstvo vyradených kvak bolo v norme. No ak na niečo zabudol, alebo nezdôraznil nepatrný rozdiel, ako ten s dierkami od červíkov, mnohí robotníci na to sami od seba neprišli, a tak neodviedli dobrú prácu. Ak dodržiavali to, čo sa im povedalo, chránilo ich to pred výčitkami a mohli si oprávnenne vziať svoju mzdu napriek tomu, že plytvali veľkým množstvom úplne dobrých kvák.

Problém bol v tom, že najatí robotníci sa nezasvätili do *zmyslu* postupu. Prácu vykonávali bez záujmu, nepoužívali pri nej rozum. To sa veľmi

**zapojiť vôľu
aj rozum**

reálne môže stať, keď začnete s regulou matky – myslieť si, že keď ste sa už rozhodli, všetko pôjde hladko. Vyžaduje si to dávku realizmu.

Pri rozhodnutí uplatniť regulu v živote musíme zapojiť nielen našu vôľu, ale aj náš rozum. V manželskom povolaní existuje len málo problémov, ktoré by sme nakoniec nezdolali pomocou modlitby a rozumu. Len čo som začala so svojou regulou, vstúpil do toho Boh a odhalil mi cestu, ktorou som sa podľa neho mala vybrať, a poskytol mi na to milosti a potrebnú chápacosť. No musela som aj *premyslať*, a niekedy veľmi intenzívne. Občas som si dokonca pripadala, že na úlohu ženy v domácnosti asi musím mať doktorát!

A tak ako vo Philipovej skúsenosti na farme aj v tomto je rozdiel medzi najatým pomocníkom a synom. My matky nie sme najaté pomocníčky, ktorým sa iba povie, čo musia urobiť, a slepo sa tým riadia. Nie, my sme dospelé dcéry a ženy Kráľa a musíme konať ako dcéry a ženy. Musíme sa priznať k svojim povinnostiam a ujať sa poslania, ktoré nám zveril náš nebeský Otec, a aktívne sa odovzdať do plnenia jeho vôle. To znamená nechať si čas a veci si dobre premyslieť, aby sme našu regulu doladili a „pohrali“ sa s rozvrhmi a tabuľkami. To, že sa veci nedajú okamžite do poriadku,

keď sa rozhodneme ich zmeniť, ešte neznamená, že niečo nefunguje. Chce to iba viac premýšľať. To všetko je súčasťou postupného zapájania sa do procesu. Mohlo by vám trvať roky, kým si vypracujete regulu podľa vašich predstáv, ale čas nerozhoduje. Ako raz povedala Matka Tereza: „Boh z nás nechce mať úspešných, ale verných ľudí.“ Zaváži skutočnosť, že ak aj padneme, znovu sa vyštvierame hore a použijeme svoj rozum, aby sme prišli na to, čo Boh od nás žiada, a opäť sa o to pokúsime.

**Boh z nás nechce
mať úspešných,
ale verných ľudí**

Znovu odrazte čln od brehu

Peter strávil celú noc chytaním rýb, a nič neulovil. Do prístavu zrejme prišiel veľmi unavený, mrzutý a znechutený. Ježiš mu však povedal, aby znovu odrazil čln od brehu a opäť rozhodil siete. Hlúposť. To je nemožné. Beznádejné a zbytočné. Všetky tieto slová sa nám môžu preháňať myslou, keď sa možno po mnohých zlyhaniach snažíme dať si život do poriadku. Ježiš však od nás žiada rovnakú vec ako od Petra. „Zatiahni na hlbinu a spustíte siete na lov!“ (Lk 5, 4). Peter poslúchol a ulovil toľko rýb, až sa siete trhali.

Dodržať kroky na vytvorenie životnej reguly matky sa môže stať nemožným, ak čelíte znechuteniu. Ježiš však chce, aby ste splnili úlohu svojho života, svoje povolanie. On vašu vernú snahu odmení. Nikdy nechytíte plnú loďku rýb, ak sa o to nepokúsíte. Ak teda prídu prekážky, dajte mu svoju dôveru a povedzte s Petrom: „Dobre, Pane. Ešte raz sa o to pokúsím.“



Desiata kapitola

Srdce reguly matky

Keď sa teraz obzriem späť, na začiatočníka to bol dosť prísny rozvrh. Rozdelila som si deň tak, aby pokryl všetky hlavné potreby môjho povolania. Mala som naplánovanú pravidelnú osobnú a rodinnú modlitbu. Počítala som aj s jedlom, domácimi prácami a praním. Stručne bol vypracovaný aj školský rozvrh pre deti. Popoludnia som sa venovala domácim projektom a záhradám atď. Večery som si vyhradila iba pre Philipa. Zahrnula som tam aj denné prechádzky, hru na klavíri a nedeľňajšiu manikúru!

No v tých prvých týždňoch a mesiacoch boli chvíle, keď som si nemyslela, že to zvládnem. Myslím, že som začala príliš veľa vecí a príliš skoro, a možno som sa do toho mala dostať postupne. Tak zúfalo som však túžila po zmene, že som do toho išla. Mala som pocit, že som *naozaj* tvrdo pracovala.

Po prvých piatich dňoch uplatňovania mojej reguly som sa cítila čudne – bolo to príliš štruktúrované – a tešila som sa môj voľný deň matky. No ani ten deň voľna nezmiernil to napätie a nasledujúci pondelok a utorok som to už nedokázala dodržiavať. Cítila som sa ako vo väzení – akoby som popierala vlastné ja tým, že som sa ho snažila napasovať do polička. Keď som však regulu nedodržala, cítila som sa ešte horšie! Už by som nezniesla byť preťažaná opäť tou „záplavou“ povinností.

Takže do stredy som už opäť vhupla do reguly. Pamätám si, ako som sa modlila pri kuchynskej linke pri varení obeda: „Drahý Ježišu, musíš niečo urobiť!“ Každá bunka mojej bytosti bojovala, aby som zostala pri pulte namiesto toho, aby som si sadla so šálkou kávy k dobrej knihe. Každé ráno som vstávala a prežívala v sebe toto zdráhanie sa a hrôzu, že som musela zo všetkých síl zbierať odvahu. Áno, to všetko znamenalo ísť ustlať posteľ, keďže som povedala, že to robiť budem, a ísť pripraviť raňajky na stôl!

Zistila som, že znova a *znova* musím prijať, že toto chce odo mňa Boh, aby som to robila, rovnako ako to urobil Ježiš v Getsemanskej záhrade. Neverila som svojim schopnostiam, že vydržím bojovať, pretože som cítila tlak lenivosti a každou časťou môjho bytia lomcovalo zdesenie z akéhokoľvek úsilia. Opäť sa vynorilo znechutenie a hrozilo, že ma pohltí. Uvedomila som si, že potrebujem viac milostí.

znychutenie

V *Duchovnom živote* od Adolpha Tanquereya som našla malý citát, ktorý som si vypísala a zavesila nad drez: „Čo sa týka čnosti, je zjavné, že sa musia pestovať, najmä tie, ktoré prináležia životnému stavu... až do stavu svätého odovzdania sa do Božích rúk; ak k tomu pristúpime odvážne, tento stav duše sa stane zlatou baňou, ktorá prinesie veľký úžitok.“

Vždy, keď som bola znechutená, som zasypávala alebo mojimi úpenlivými prosbami o pomoc, no tiež som podišla k tomuto malému citátu, aby mi pomohol vytrvať.

Napokon som zašla za svojim duchovným vodcom a poprosila som ho, aby mi pomohol s poslušnosťou. Ukázala som mu kópiu mojej reguly. Preškúmal ju a povedal, že podľa neho je to rozumné. To bolo pre mňa dôležité, pretože som nechcela, aby sa moje odhodlanie oslabilo obyčajným pokušením v tom, že to prehánam. Tiež mi povedal, že ak chcem, mohla by som sa riadiť svojou regulou pod jeho vedením a v poslušnosti voči nemu, ako aj voči požiadavkám svojho povolania.

Nuž, to bola skutočná zmena! Svätá Terézia z Avily mala pravdu: poslušnosť prináša silu. Cítila som sa plná sily. Odrazu mal môj život veľa detailov. Mal zmysel. A všetko mi prinášalo vzrušenie a výzvy. Pokračovala som deň čo deň a postupne som prichádzala na to, čo musím robiť so všetkými tými drobnými detailmi, s ktorými som doteraz nepočítala, kedy a ako ich môžem robiť. Všetko malo svoj poriadok. Moja hladina stresu výrazne klesla. Deti boli aktívne; mali vyplnený čas. Prácu som stíhala. Môj modlitebný život bol skutočný a pravidelný. Priniesol mi radostnú náladu, aspoň na chvíľu, pretože ako má Boh vo zvyku, volal ma na hlbšiu úroveň.

poslušnosť prináša silu

Dostať sa k srdcu reguly matky

Keď som začala zostavovať moju regulu, myslím si, že v hĺbke srdca ma zaujímal iba môj prospech – aby som zaviedla poriadok do svojho života a zmenšila frustráciu. No jedného dňa, niekoľko mesiacov po tom, ako som s ňou začala, som sa zobudila a bola som *otrávená*. Dni sa míňali a nuda nie a nie odísť. Vyriešila som problém, veď viete; zdolala som výzvu; prekonala som prekážky. Bože môj, veď som bola takmer dokonalá! Teraz mi však už nezostalo nič, nad čím by som premýšľala.

„Ach,“ pomyslela som si. „O tomto je celý život? Mám prežiť zvyšok svojho života v nude?“ Vedela som, že to nemôžem ukončiť a prejsť na niečo iné, pretože som stále musela žiť svoje povolanie a bola tu moja rodina a môj domov.

Keď som jedného dňa celkom pokojne stála pri kuchynskej linke, pomyslela som si: „Možno by som mohla začať robiť každú maličkosť z lásky k Bohu. Možno by som mu mohla začať všetko obetovať. To by určite pomohlo mojej duši, však?“ A tak som začala.

Hneď prvý deň, ako som začala, som si s hrôzou uvedomila, ako som pravidelne *nerobila* veci pre Boha. Vždy, keď som povedala: „Ježišu, robím to

z lásky k tebe,“ pripadalo mi to čudné a cudzie. Uvedomila som si, že musím na tom pracovať a najlepší spôsob bol jednoducho to uplatňovať. Začala som teda skladať detské dupačky z lásky k Ježišovi. Umývala som stôl, akoby mal Ježiš prísť na večeru. Objímala som deti, akoby to bol sám Ježiš. A začala som prijímať všetko, čo sa mi stalo, akoby to vyšlo z rúk môjho milovaného Boha. Začala som sa podriaďovať jemu a jeho vôli v mojom živote.

A stala sa tá najúžasnejšia vec: Boh prišiel! Boh *naozaj* prišiel! A objavil sa v najmimoriadnejších chvíľach. Skladala som bielizeň a bola som uchvátená jeho prítomnosťou. Plela som záhradu a dušu mi naplnil hlboký pokoj a ticho. Drhla som riady a zakúsila som hlbšie zjednotenie s Bohom, než aké som kedy zakúsila počas modlitby. Klačala som pred Najsvätejšou oltárnou sviatosťou a pocítila som to, čo volám „ťažný lúč“¹¹, ako mi ťahá srdce zo stredu hrude smerom k Ježišovi! Boli to tie najzvláštnejšie veci.

Bežala som ku Tanquereyho knihe a našla som niečo, čo mi naplnilo srdce narastajúcou vďačnosťou voči Bohu. Zažívala som spôsob kontemplácie. Och, nie tú mlčanlivú kontempláciu, ktorú môže zažiť rehoľník v tišom kláštore, ale kontempláciu ušitú matkám na mieru:

„Keďže samotná vôľa je v zajatí [Boha], ostatné vlohy môžu v slobode slúžiť Bohu; a toto vykonávajú s oveľa väčšou silou. Vtedy, keď sa vôľa zapája do vonkajších diel, miluje Boha vrúcnou láskou; to je jednota aktivity a kontemplácie, spojenie Martinej služby a Máriinej lásky.“

Naučila som sa, že kontemplácia je druh modlitby, keď sa Boh zmocní vôle a naplní ju pokojom a silou. Boh mi dal tú silu, o ktorú som tak zúfalo prosila a ktorú som potrebovala.

Nazýva sa to *aktívna kontemplácia* a podľa mňa ju vytvoril Boh špeciálne tak, aby ju mohli zažívať aj zaneprázdnené mamy! Zmizli všetky moje

**Boh sa zmocní vôle
a naplní ju pokojom**

predchádzajúce pochybnosti o tom, či sa môže stať človek v manželstve svätým, alebo naozaj prísť k Bohu, keď som uvidela, ako sa predomnou otvára nádej, že sa môžem priblížiť k Bohu v manželstve.

**príbližiť sa k Bohu
v manželstve**

Otvoriť sa pre kontempláciu

Boh volá naše srdcia ku kontemplácii, pretože sa nám *chce* darovať, dôverne sa s nami zjednotiť. Tento druh modlitby je darom od Boha a nie je to niečo, čo nadobudneme vlastným úsilím. Nemôžeme Boha ovládať a „prinútiť“ ho, aby nám dal mimoriadne milosti, aj keď sme boli „veľmi dobrí“; nie je predsa iba oslavovaný Mikuláš rozdávací darčeky. Nemôžeme prikazovať jeho mystickej prítomnosti, ani si nemôžeme vytvoriť kontempláciu na požiadanie. Je to prítomnosť a konanie samotného Boha. Niečo, čím nás „naplní“, čo nám dá, alebo nedá, v čase, keď rozhodne on, nie my.

Na objasnenie: predstavte si, že po dlhom, namáhavom výstupe sa ocitnete na kraji útesu. Všetku silu ste vynaložili na to, aby ste prišli do cieľa. Zrazu tam však už nie je cesta; pred vami sa rozprestiera iba široký oceán. Ste zmätení; tak tvrdo ste pracovali na tom, aby ste vyliezli na tento vrch a dostali sa k Bohu, ale našli ste iba slepú uličku. Potom zodvihnete zrak a uvedomíte si, že cieľ nie je na tomto svete, ale niekde inde: na mesiaci! Pochopíte zbytočnosť všetkých svojich snažení; cítite, že vás zastavili; neexistuje spôsob, ako sa dostať k mesiacu vlastnými silami. Dostanete sa tam iba tak, že zosadne na zem kozmická loď a vyzdvihne vás.

Kontemplatívna modlitba je rovnaká. Napriek našim snaženiam nemôžeme urobiť nič vlastnými silami alebo čnosťami, čo by nám privodilo nádherné mystické spojenie s Bohom. Nie, sám Boh musí zasiahnúť a pozdvihnúť nás k sebe svojou *vlastnou* mocou, nie našou.

A z tohto dôvodu to považovala sv. Terézia z Avily za nadprirodzenú modlitbu, vysvetľujúc: „Nazývam nadprirodzeným to, čo nemožno dosiahnuť

¹¹ Fiktívny prístroj, ktorý pomocou silového poľa priťahuje k sebe okolité predmety.

ani pracovitostou, ani úsilím, a nezáleží na tom, koľko námahy sme vynaložili na tento cieľ. No otvoriť sa tomu skutočne dokážeme, a to je bezpochyby úžasné.¹² Takže hoci sa nemôžeme dopracovať ku kontemplácii, môžeme sa pre ňu *otvoriť*.

Ako? Keďže kontemplácia je modlitba vnútri srdca, naša odpoveď Bohu musí vychádzať zo srdca: *tým, že sa mu podriadime a bezvýhradne prijímeme jeho vôľu pre nás*; tak, že budeme s Božou Matkou opakovať: „Hľa, služobnica Pána. Nech sa mi stane podľa tvojho slova“; tak, že sa budeme usilovať milovať a potešovať Boha; tak, že budeme žiť našu regulu matky: prijímať naše povolanie ako Božiu vôľu a snažiť sa ho úplne naplniť, a to jednoducho preto, lebo on to od nás chce, lebo jeho milujeme. To je spôsob, ako sa otvoriť pre kontempláciu.

Svätá Faustína povedala: „Pri jednej príležitosti mi Ježiš dal poznať, ako veľmi ho teší duša, ktorá verne dodržiava regulu. Duša dosiahne väčšiu odmenu za dodržiavanie reguly ako za pokánie a ťažké umŕtvovanie sa. Umŕtvovanie sa odmeňuje, ak sa vykonáva mimo reguly, ale i tak neprevýši regulu.“

Svätá Terézia z Avily povedala: „Pochopte, dcéry moje, že pravá dokonalosť spočíva v láske k Bohu a k blížnemu... Všetko to je zahrnuté v našej regule... nemá to iný účel ako ten, aby sa dodržiavali tieto prikázania s väčšou dokonalosťou.“

Milovať Boha

Ak uplatňujeme našu regulu v oddanosti Božiemu plánu pre nás ako ženy, manželky a matky, konáme skutok lásky k Bohu. No musí to byť viac ako skutok vôle; musí sa rozvinúť do hnutia srdca. Boh sa neuspokojí iba so suchým vonkajším zachovávaním reguly. Chce aj naše srdcia a v priebehu času by sme mali zbadat', že poslušnosť v našom

**oddanosť
Božiemu plánu**

vzťahu k Bohu sa mení na lásku, ktorá je nevyhnutná pre dôverný vzťah s ním. Raz som sa doočula, že „malá cesta“ sv. Terézie z Lisieux spočívala na veľmi jednoduchom slube: *zalúbiť sa do Ježiša a snažiť sa ho potešovať*.

Ako toto všetko môžeme ako zaneprázdnené mamy začať praktizovať? Môžeme začať čoraz viac tých malých vecí, ktoré robíme, obetovať Bohu ako skutok lásky k nemu: „Ježišu, robím to, lebo ťa milujem.“ Každú úlohu, ktorá sa nám v danej chvíli predkladá, môžeme vykonávať s najväčšou starostlivosťou a záujmom.

Postupne sa môžeme naučiť naplno sa sústrediť na každú chvíľu – pomocou tela, duše a mysle – a pripomenúť si, že všetko, nech je to akokoľvek malé či všedné, umožňuje Bohu, aby nás k sebe pritiahol. Keďže si uvedomujeme, že Boh pôsobí v prítomnom okamihu, a nie v budúcnosti alebo v minulosti, ale iba *teraz*, môžeme byť otvorení a pozorní voči jeho šepkaniu, a tiež prijímať všetko, čo sa s nami deje, ako niečo, čo prichádza z láskavých rúk nášho nebeského Otca pre naše dobro. To sú postoje srdca nevyhnutné na to, aby sme milovali Boha v rámci našej reguly.

A hoci je kontemplácia dar, predsa (ako povedala sv. Terézia z Avily) „láska priťahuje lásku“. Naša veľkorysosť voči Bohu priťahuje jeho veľkorysosť voči nám. A Boha vo veľkorysosti nikto neprekoná. Tento zámer – *konať vedome Božiu vôľu, pretože je to jeho vôľa, a z lásky k nemu* – sa tiež nazýva čistota srdca a dláždí cestu ku kontemplácii. Je to šieste blahoslavenstvo: „Blahoslavení čistého srdca, lebo oni uvidia Boha (Mt 5, 8).“ V skutočnosti napodobňujeme Krista, ktorý bol poslušný Otcovej vôli až na smrť na kríži.

Ako povedala sv. Faustína: „Iba jedna vec je potrebná, aby sme potešovali Boha: konať vždy aj tú najmenšiu vec z lásky k nemu – z lásky a iba z lásky.“

Srdcom reguly je kontemplácia

Keď som nemala regulu, myslela som len na to, ako len poupratujem svoj dom. Nemala som priestor v duši na premýšľanie o niečom

¹² Quoted in Tanqueray, *The Spiritual Life*, str. 650

inom. Neprestajne som žila svoj život na základe túžob a chvíľkových rozmarov. V srdci som nemala miesto pre Boha. Vždy bolo viac než dosť vecí, ktoré pohltili moju náklonnosť a pozornosť. Domov a život v neporiadku vedie k „rozptyľovaniu“ - k plytvaniu našich vnútorných schopností - a bráni nám, aby sme sa stíšili a počúvali Boha, ktorý v nás hovorí.

Vlastne až vtedy, keď som po vytvorení reguly dosiahla stav nudy, mohla som konečne slobodne otvoriť svoju myseľ a srdce Bohu; mohla som byť voči nemu vnímavá a vedome robiť všetko z lásky k nemu. *Vtedy* som pocítila jeho hlbokú prítomnosť, ktorá zas roznieťila vo mne novú lásku k rodine. Regula matky nás pobáda pripomenúť si to hlboké ticho a pokoj vnútorného života našej duše. Keď sa oslobodíme od vonkajších starostí, stávame sa mierumilovnejšími, viac sme spojení so svojou vnútornou prirodzenosťou a odkrývame svoje srdcia. Častejšie si nachádzame možnosti na rozhovor s Bohom a na hlbšiu komunikáciu s ním. Myslím si, že to je súčasť volania Jána Krstiteľa, ktorý nás vyzýva, aby sme znížili kopce starostí a úzkostí, vyplnili doliny zaneprázdnenosti a detailov a vyrovnali cestu Pánovi (*Mt 3, 3*).

Často som počula, že všetko, čo robíme, je modlitba; že jednoducho žiť je modlitba. A to je pravda - no len ak si to uvedomujeme. A uvedomujeme si to, keď je náš život v poriadku

**pokoj vnútorného
života našej duše**

a je oslobodený od zbytočných starostí. Ako hovorí Dom Chautard v diele *Duša apoštolátu*: „Dovoľte, aby nasledujúce presvedčenie hlboko zapôsobilo na vašu myseľ: totiž, že duša nemôže viesť vnútorný život bez *rozvrhu*... a bez *pevného odhodlania* stále ho dodržiavať.“ Z tohto dôvodu sa regula matky zdá nevyhnutným predpokladom na kontempláciu v našom každodennom živote. A pamätajte si, kontemplácia je skúsenosť so samotným Bohom.

Požehnanie z nášho očisťovania

Keď som bola dievčatkou, dosť dlhý čas som strávila v nemocnici. Jedného dňa mi mama doniesla do nemocničnej izby malý plagát, na ktorom stálo: „Maj so mnou trpezlivosť. Boh so mnou ešte neskončil.“

Tento plagát bol pre mňa prorocký. Myslím si, že to platí pre nás všetkých. Boh s nami nikdy neskončí. Áno, myslela som si, že už som takmer dokonalá, ale Boh ma tak nenechal. Keď ma priviedol k výzve bojovať, aby som prispôsobila svoju vôľu jeho vôli, aby som obrátila svoje srdce k jeho srdcu, vtedy *On* začal s výzvou očisťovania môjho vnútra.

Keď sa snažíme milovať Boha, vtedy nás sám Boh navštívi. Príde s darom radosti, pokoja a útechy, aby nám prejavil, že je spokojný, a zároveň nám umožnil vydať sa na túto cestu. Posiela nám však aj milosti v suchopárnej podobe, pretože keď naše *srdce* dosiahne túto úroveň, začneme si jasne uvedomovať, že Boh musí s nami ešte toho veľa urobiť. Chce odstrániť korene hriechu a nerestí, aby on sám mohol prebývať v našich srdciach.

A naozaj, očisťujúci účinok milosti v našich srdciach je práve tá Božia prítomnosť, ktorú zažívame v utešujúcej a sladkej kontemplácii. Subjektívne vnímame, že Boh koná odlišne v odlišných časoch. Pretože Boh prichádza *v nás rozpáliť oheň* - oheň lásky a oheň očisťovania - oboje je rovnaký *oheň od Boha*.

Čo sa týka suchopárnosti, človek môže prejsť duchovnou bolesťou, neporovnateľnou, čo sa týka intenzity, ale s takou láskou, že mu to umožní dokonca tú bolesť objasniť. Svätá Terézia Avilská často rozprávala o „rane lásky“, ktorú považovala za príjemnú bolesť, za niečo také vzácne, že nechcela, aby sa to skončilo.

Svätý Ján z Kríža nazýva temnou nocou zmyslov, keď Boh vchádza do nášho najhlbšieho jadra a pripravuje naše srdcia na zjednotenie s ním. Veľmi dôležité je si pamätať, že každá Božia prítomnosť v našich srdciach, ktorá očisťuje, nám zároveň aj vlieva lásku, aby sme to vydržali. Boh rozpína a zväčšuje naše srdcia z kameňa a robí z nich srdcia z mäsa, a to *bolí!*

V tej chvíli však bolesť začne zahalovať, prenikať a posilňovať láska, ktorá horí ako oheň a roznečuje hlboký a živý dôverný vzťah s Bohom.

Keď teda zakúšame bolesť a slabý hlas nás pokúša, aby sme sa vrátili späť, povedzme so sv. Petrom: „Pane, a ku komu by sme išli?“ (*Jn 6, 68*). Povedzme s Pannou Máriou: „Hľa, služobnica Pána. Nech sa mi stane podľa tvojho slova“ (*Lk 1, 38*). Povedzme: „Pane, daj mi ochotné srdce a poddajného ducha.“

Niešť Kristovo jarmo

Ešte niečo sa dá urobiť s utrpením, ktoré prežívame. Naše utrpenie môžeme spojiť s Kristovým, aby „sme na vlastnom tele dopĺňali, čo chýba Kristovmu utrpeniu,“ ako hovorí sv. Pavol (*Kol 1, 24*).

Súčastou nášho kresťanského poslania, nášho napodobňovania Krista, je prijímať všetko, čo vychádza z rúk milujúceho Boha, a obetovať to Otcovi v spojení s Kristovým utrpením. My, ktorí tvoríme Kristovo mystické telo, môžeme mať účasť na výkupnom utrpení za obrátenie a spásu sveta. Môžeme vziať všetky tie malé či veľké zápasy v snahe žiť podľa svojho povolania, všetky tie skúšky a súženia z nášho očisťovania, a obetovať ich spolu s Ježišom Otcovi, aby pomohli tým, ktorí si možno nedokážu pomôcť sami.

Rozhodnutie je na vás

Kresťanský život nikdy nie je ľahký. Viem, že v niektorých chvíľach môjho života mi pripadal úplne odporný. Čo sa dá očakávať od Spasiteľa, ktorý hovorí: „Kto chce ísť za mnou, nech zaprie sám seba, vezme svoj kríž a nasleduje ma“ (*Mt 16, 24*)? Nikdy nie je príjemné uvažovať o možnosti utrpenia. Vo svojom živote som však zistila, že utrpenie musí tak či onak prísť, takže by som s ním mohla počítať už teraz, no nie?

Životná regula však nie je iba o utrpení. Je o osobnej rovnováhe a milujúcom vzťahu a dôvere k Bohu. Približne po prvom intenzívnom roku som si začala všimáť skutočné zlepšenie mojej schopnosti spĺňať požiadavky svojho povolania. Povinnosti už neboli také ťažké. Po dvoch rokoch som zistila, že bez toho, aby som si to všimla, som zažila skutočné stíšenie sa mojej

osoby; už som nezažívala veľké striedanie krušných a šťastných okamihov. Ráno vstanem a som pripravená začať deň bez niekdajšieho zdráhanie či ťažkosti. Môj domov je v uspokojivom poriadku a vo vzdelávaní detí doma som urobila pokroky. Pokračovalo to až do súčasnosti a čoskoro to budú štyri roky. Dokonca som si našla čas na napísanie tejto knihy bez toho, aby som obmedzila iné povinnosti (hoci som mala viac práce než obyčajne!).

Najdôležitejšie však je, že mám čas na Boha a svoju rodinu. Môžem ich opravdivo milovať a slúžiť im. Teraz viem, že najdôležitejšie veci sú vzťahy, ktoré mi Boh vložil do života. Môžem povedať, že sa predou mnou otvoril celý nový svet, taký, ktorý som predtým nepoznala, a páči sa mi. Nie že by bolo všetko dokonalé, ale je to lepšie. Je to dobré.

Napriek všetkým tým bojom cítim, že Boh mi preukázal obrovskú službu. Vždy, keď ma prišiel navštíviť, pocítila som silu. Zakaždým, keď ma očisťoval, zbavil moju dušu mnohých smetí. Teraz sa však cítim slobodná – slobodná, aby som milovala Boha, svojho manžela a svoje deti, a zároveň môžem robiť to, čo treba, a vôbec ma to nezaťažuje.

Prajem vám rovnakú slobodu. Tak pouvažujte, či ste aj vy povolané žiť svoju vlastnú regulu matky. Rozmýšľajte a intenzívne sa za to modlite. Neobmedzujte svoje rozlišovanie na to,

či chcete čistý domov. Taká motivácia vám dlho nevydrží. A nezaoberajte sa len svojimi chybami a slabosťami, pretože potom nebudete môcť dosť jasne premýšľať, aby ste s tým začali. A verte, že ak Boh chce, aby ste to urobili, dá vám na to aj potrebnú silu.

Je vašou túžbou mať väčší poriadok vo svojom živote? Chcete byť lepšou manželkou a matkou? Hľadáte hlbší vzťah s Bohom? Ste už zúfalá?

Možno vás Boh požiada v tomto čase manželského a rodinného úpadku, aby ste sa vedome a bezvýhradne zaviazali jemu a vašej rodine ako súčasť obnovy sveta. Nech vás Boh sprevádza.

**osobná rovnováha
milujúci vzťah
dôvera k Bohu**

Dodatok

Duchovný princíp reguly matky

Ako sme hovorili v druhej kapitole, duchovná stránka životnej reguly – jej základná filozofia a ciele – je dokonca dôležitejšia ako praktické rozvrhy. Bez duchovného sprievodcu bude vaša praktická regula smerovať ku zmätku a bude ťažšie ju dodržiavať.

Postupne som si vypracovala duchovný princíp reguly a napísala ho na papier. Odporúčam vám urobiť to isté. Duchovný princíp reguly zhrnie hlavné body toho, ako chcete žiť svoje povolanie na základe piatich „P“, špecifické čnosti, o ktorých ste presvedčená, že sú najdôležitejšie pre vaše povolanie, neopakovateľné okolnosti, konkrétne ciele, postoje, citové a duševné rozporenia. Zhrnie to, o čom ste presvedčená, že vás Boh k tomu povoláva.

Duchovný princíp má byť cieľom a sprievodcom, métou, niečím, na čom budete pracovať – *nie* niečo, čo okamžite dokonale zvládnete. Sestra Faustína vo svojom denníku sledovala, koľko ráz porušila regulu! Ak sa teda musí snažiť svätica, ani my by sme nemali ihneď očakávať dokonalosť. Duchovný princíp reguly má byť na povzbudenie, nie na odradenie.

Ak si vypracujete duchovný princíp svojej reguly, pomôže vám to pravidelne skúmať, ako sa celkovo pridržiavate tejto reguly. Pre niektorých rehoľníkov je bežné skúmať svoju vernosť regule každý mesiac, ako súčasť celkového programu „duchovného zdravia“. Ja robím niečo podobné dosť pravidelne a najdôslednejšie každú jeseň, keď prehodnocujem rozvrh. Keď nájdem veci, ktoré ma mýlia, alebo zistím, že nemám energiu, idem si znovu prečítať duchovný princíp mojej reguly. Pomáha mi to, aby sa moje často spurné srdce vrátilo na správnu cestu, a pripomenie mi to, čo mám robiť na tejto zemi!

V priebehu niekoľkých mesiacov si v krátkosti začnete poznamenávať, čo považujete za základné body toho,

**základné body toho,
k čomu vás Boh povoláva**

k čomu vás Boh povoláva ako kresťanku, ženu, manželku a matku. To bude duchovný princíp vašej reguly.

Dolu uvádzam môj duchovný princíp reguly matky. Môžete ho použiť ako vzor.

Duchovný princíp mojej životnej reguly matky

V snahe o kresťanskú dokonalosť v rámci manželského povolania opakujem s Preblahoslavenou Pannou Máriou: „Hľa, služobnica Pána. Nech sa mi stane podľa tvojho slova.“

Tým, že rozoberám všetko, čo robím, snažím sa zamerať na cieľ môjho povolania a žiť podľa *srdca* reguly matky:

Božia vôľa

Budem verne plniť Božiu vôľu v mojom živote tak, že budem vykonávať povinnosti môjho povolania. To si vyžaduje:

- neprestajné štúdium povinností môjho životného stavu, ako to odráža päť priorít, s úmyslom uplatňovať zistenia v každodennom živote;
- vytvoriť a zrealizovať základný všeobecný rozvrh, aby sa zabezpečilo uskutočnenie všetkých základných povinností, a správne a efektívne využívať čas;
- znížiť alebo odstrániť nadbytočné vonkajšie aktivity a služby alebo spoločníkov, ak ustavične narušajú moju schopnosť plniť si povinnosti v pokoji a sústredení.

Božia láska

Budem sa snažiť robiť *všetko* z lásky k Bohu namiesto toho, aby som sledovala vlastné motívy a náklonnosti. S týmto cieľom:

- si pripomínam rozumnosť mojej reguly, keďže to naplňa Božiu vôľu pre mňa, a tak *bezvýhradne* prijímam naplánované úlohy;
- začínam čoraz viac obetovať každú úlohu z lásky k Bohu ako svoju *jedinú motiváciu*;

- dôsledne vykonávam každú úlohu s čo *najväčšou starostlivosťou, záujmom* a nežnosťou tak, ako sa to v tej chvíli očakáva, pretože ju vykonávam ako skutok lásky k Bohu, ktorý je so mnou;

- úplne sa sústreďujem na *prítomnú chvíľu* a danú úlohu – zapájam telo, dušu a myseľ – keďže si uvedomujem, že *všetko*, čo sa mi deje, Boh dopúšťa, aby ma priviedol bližšie k sebe;

- som otvorená a *vnímavá na vnuknutia Ducha Svätého* a očakávam jeho šepot v každom okamihu, cvičím sa v prijímaní, trpezlivosti a vzdávaní vďaky v radoostiach i v skúškach.

Láska k blížnemu

Budem sa usilovať milovať svojho blížneho činnou láskou, najmä môjho manžela a moje deti. V každom človeku budem hľadať samotného Krista, ktorý v ňom prebýva, a vo všetkých mojich skutkoch, slovách a myšlienkach bude platiť „s Kristom, pre Krista a ku Kristovi“. S týmto cieľom:

- sa budem naplno dávať *fyzicky aj vnútorne* k dispozícii svojej rodine, a aby som sa jej mohla takto venovať, prestanem robiť nepotrebné úlohy. Budem usmerňovať svoje srdce a rozum a pozorne načúvať ich potrebám;

- budem *pozorná* voči človeku, s ktorým práve som, a zanechám v ňom dojem, že on je ten jediný človek na svete, na ktorom mi v danej chvíli záleží;

- budem *prijímať a povzbudzovať* osobnosť a záujmy každého človeka a v každom budem hľadať dobro;

- budem v patričnej miere *pomáhať* všetkým podľa stanovených priorít môjho životného stavu;

- budem sa snažiť *robiť to, čo je dobré* pre druhých, a objavovať v druhých to najlepšie;

- budem sa snažiť byť pevná, ale jemná, radostná, milá a spravodlivá, a to všetko nežne a milosrdne.

Kľúčové hľadiská mojej reguly matky

- Dosiahnem a udržím *poriadok* vo veciach, v čase a túžbach, pretože iba usporiadanosť umožní, aby sa moje srdce sústredilo. A v srdci mi poskytne priestor na rozjímanie o Bohu.

- Budem sa zameriavať na *jednoduchosť* – tak, že si nebudem naplňovať srdce, život, myslenie a domov niečím, čo ma odvádza od snahy plniť Božiu vôľu v mojom živote. To zahŕňa:

- *jednoduchosť majetku*: pravidelné prehodnocovanie a zbavovanie sa nadbytočných a nepotrebných vecí, ktoré vlastním, v duchu skromnosti;

- *jednoduchosť aktivít*: znižovanie a odmietanie zbytočných aktivít, ktoré iba stresujú a vytláčajú každodenný život; budem sa zameriavať na jednoduchý zoznam najdôležitejších vecí a na ich pokojné uskutočňovanie;

- *jednoduchosť v čnostiach*: nezaoberať sa dosiahnutím tej či onej čnosti, ale iba tým, čo Boh odo mňa chce, a splniť to z lásky k nemu.

- Budem sa cvičiť v *miernosti* tak, aby všetko, čo robím, bolo vyvážené, a nie prehnané, a aby sa to odzrkadľovalo vo všetkých oblastiach života – strava a recepty, oblečenie, modlitba, práca, odдых, cvičenie a fyzický vzhľad.

- Budem *starostlivo dbať na detaily* vo všetkom, čo robím, aby všetky veci boli vykonané dobre a pozorne, ale zároveň sa budem vyhýbať perfekcionizmu, ktorého cieľom je ulahodiť vlastným rozmarom, nie Božiemu plánu.

- Budem *pružná*, aj čo sa týka samotného rozvrhu; dané časy sú všeobecne a približnou pomôckou na to, čo sa má najbližšie vykonať. Hoci tieto zásady treba pevne dodržiavať, musím pripustiť primeranú pružnosť, ktorú si vyžadujú potreby mojej rodiny. Pružnosť je podmienená *skutočnými* potrebami, nie iba čírym pohodlím alebo pocitom, že „dnes sa mi do toho nechce“.

- Pravidelne budem rozmýšľať o duchovnom princípe mojej reguly matky, aby som preskúmala svoju vernosť voči nej.

Päť „P“

Budem sa snažiť verne naplňovať päť „P“ v mojom živote a plne uskutočňovať duchovný princíp každej z priorit. To zahŕňa:

- Budem tráviť čas s Bohom každý deň, počas celého dňa, a to vzhľadom na formálne modlitby i v hľadani jeho prítomnosti v každom okamihu, aby som bola schopná rozvíjať sústredenosť srdca. Budem pravidelne využívať štandardné praktiky Cirkvi vrátane sviatostí, aby som si zachovala duchovnú silu a čistotu. Patria sem aj pravidelné duchovné obnovy, adorácia, duchovné poradenstvo, dni rozjímania, ako aj štúdium a modlitebné skupiny (ak je tá možnosť). Obetujem Bohu a Panne Márii seba samu a svoje radosti a utrpenia s akýmkoľvek zásluhami, aby ich použili, ako uznajú za vhodné.

- Budem tráviť čas skúmaním svojho života a svojej osoby a hľadať potrebné prostriedky na udržanie zdravia, a to na tele i na duši. A zavazujem sa na pravidelné skúmanie svojich motívov a dôvodov, prečo som taká, aká som. Odhodlám sa prekonávať najočividnejšie chyby alebo slabosti. Budem sa usilovať o dosiahnutie vnútorného poriadku používaním rozumu. A chrániť sa náhodných mylných myšlienok a v každej situácii sa rozhodovať konať dobro. Budem sa modliť, aby Božia milosť uzdravila a obrátila moje srdce a naplnila ho svojou láskou.

- Budem milovať svojho manžela činnou láskou a na základe osobitného posvätenia, ktoré je pre sviatosť manželstva neodmysliteľné, prijmem ako svoje poslanie povzbudzovať, podporovať a milovať jeho osobu nad svojimi sebeckými túžbami či rozmarmi. Budem mu pomáhať, ako len dokážem.

- Budem milovať svoje deti činnou láskou podľa úlohy, ktorú mi zveril Boh. Budem to vykonávať:

- láskavým a veľkodušným správaním, povzbudivými slovami, milým tónom. Všetky slová a skutky budú odhaľovať hrdosť ich osobností, ich dobrotu a dôstojnosť;

- budem starostlivo naplňovať ich fyzické potreby tak, že im zabezpečím fungujúci a usporiadaný domov, dobrú výživu a správnu fyzickú hygienu a kondíciu;

- dôkladne sa postarám o ich náboženský a mravný rozvoj tým, že prevezmem zodpovednosť za ich vzdelávanie. Poskytnem im pravidelný prístup k modlitbe a sviatostiam a budem im svedčiť o kresťanskom pohľade na svet príkladom aj slovami;

- dôsledne sa postarám o utváranie ich osobností tak, že im zabezpečím správny akademický rozvoj, podporím ich v rozvíjaní osobitných darov a talentov a budem pozorne dohliadať na všetky oblasti života, najmä čo sa týka používania masovokomunikačných prostriedkov a vhodných kamarátov;

- budem spravovať majetok a zdroje, ktoré mi Boh dal, a používať ich tak, aby som splnila poslanie zabezpečiť najprv duchovné a ľudské potreby mojej rodiny. A potom, ak sa bude dať, sa postarám o potreby tých ľudí, ktorí nemali toľko šťastia ako ja. Dám všetko do služby Bohu a ľuďom a nebudem si robiť nárok na nijaké nadbytočné statky pre vlastné potešenie, prepych či osobné uspokojenie. Budem sa snažiť odlúčiť od takýchto vecí.

Oddanosť regule

- Aby som zabezpečila správne splnenie povinností môjho povolania, budem prehodnocovať svoju regulu každý rok a prispôbim ju potrebám svojej rozrastajúcej sa či zmenšujúcej sa rodine.

- Budem uskutočňovať svoju regulu v duchu poslušnosti Božej vôli, voči požiadavkám svojho povolania, alebo ak budem chcieť, predložím ju svojmu duchovnému vodcovi, aby som mala väčší úžitok a požehnanie z poslušnosti voči nemu.

Bibliografická poznámka

Holly Pierlot sa narodila v roku 1961 a vyrástla vo Frederictone (New Brunswick, Kanada). Ako sedemnásťročná zanechala štúdium. Vstúpila do hudobného priemyslu ako speváčka. Hrala aj na klávesy. Po ráznom obrátení sa opäť vrátila ku katolíckej viere, zanechala turné a pokračovala v štúdiu na univerzite. Tam stretla Philipa, svojho manžela, a obaja sa stali učiteľmi. Okolnosti a Božia prozreteľnosť ich napokon priviedli na Ostrov princa Eduarda, kde Holly teraz žije s manželom a ich piatimi deťmi, ktoré doma vzdeláva.

Okrem práce vedúcej katechétky vo veľkej katolíckej farnosti sa niekoľko rokov aktívne angažuje v hnutí domáceho vzdelávania na Ostrove princa Eduarda. Dnes je obľúbenou rečníčkou na konferenciách o domácom vzdelávaní a na manželských a katechetických seminároch vo farnosti.

Tabuľka 1: Štruktúra denného režimu

	Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
6.30	Vstávanie	Spánok				
7.00	Ranná modlitba					
7.30		Vstávanie				
8.00	RAŇAJKY					
8.30						
9.00	RANNÁ MODLITBA V RODINE					
9.30						
10.00	Modlitba Prestávka vonku					
10.30						
11.00						
11.30						
12.00	OBED					
12.30						
13.00	Poludňajšia modlitba	Ticho na izbách				
13.30						
14.00						
14.30						
15.00						
15.30	Prestávka na kávu Prestávka vonku					
16.00						
16.30						
17.00						
17.30	VEČERA					
18.00						
18.30						
19.00						
19.30	VEČERNÁ MODLITBA V RODINE					
20.00					Čas spánku	
20.30			Čas spánku			
21.00	Čas spánku					
21.30	Spánok					
22.00	Večerná modlitba					
22.30	Čas spánku					

Tabuľka 2: Časy denných povinností a prác

	Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
6.30	Vstávanie	Spánok				
7.00	Ranná modlitba					
7.30	Ranné úlohy - hygiena - povinnosti pred raňajkami					
8.00	RAŇAJKY					
8.30	Povinnosti po raňajkách					
9.00	RANNÁ MODLITBA V RODINE					
9.30						
10.00	Modlitba	Prestávka vonku				
10.30						
11.00						
11.30	Povinnosti pred obedom					
12.00	OBED					
12.30	Povinnosti po obede					
13.00	Poludňajšia modlitba	Ticho na izbách				
13.30						
14.00						
14.30						
15.00						
15.30	Prestávka na kávu	Prestávka vonku				
16.00						
16.30	Povinnosti pred večerou					
17.00	Povinnosti pred večerou					
17.30	VEČERA					
18.00	Povinnosti po večeri					
18.30						
19.00	Večerné povinnosti - hygiena					
19.30	VEČERNÁ MODLITBA V RODINE					
20.00		Starostlivosť o psa	Voľno		Čas spánku	Čas spánku
20.30		Voľno	Čas spánku			
21.00		Čas spánku				
21.30	Večerné povinnosti					
22.00	Večerná modlitba	Spánok				
22.30	Čas spánku					

Tabuľka 3A: Možnosti modlitieb

Ranná modlitba (30 minút)	Liturgia hodín: ranné chvály (podľa možnosti s Philipom) a formálne modlitby, ranné obetovanie a/alebo ticho, alebo písanie denníka
Ranná modlitba v rodine (15 minút)	Formálne modlitby a ranné obetovanie a hymny alebo príbehy o svätých, alebo Katechizmus, alebo biblické príbehy, alebo duchovná náuka
Doobedňajšia modlitba (15 minút)	Korunka Božieho milosrdenstva alebo rozjímanie nad Písmom, alebo Liturgia hodín: doobedňajšia modlitba
Poludňajšia modlitba (1 hodina)	Liturgia hodín: Psalmódia a duchovné čítanie alebo Písmo, alebo ticho, alebo písanie denníka
Popoludňajšia prestávka na kávu	Liturgia hodín: popoludňajšia modlitba
Večerná modlitba v rodine (20 minút)	Ruženec alebo korunka Božieho milosrdenstva alebo krátke modlitby (občas žalmy alebo príbehy o viere)
Večerná modlitba (20 minút)	Liturgia hodín: vešpery (podľa možnosti s Philipom)
Duchovné čítanie	Tento rok: diela od Terézie z Avily a Huberta Zellera; Fr. Thomas Dubay: <i>Oheň v nás</i>
Témy na štúdium viery Rôzne	Tento rok: Starý zákon; sviatostný rozmer manželstva; <i>Katechizmus Katolíckej Cirkvi</i>

Tabuľka 3B: Ranné a večerné povinnosti

Ranné povinnosti a úlohy					
Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
Umyť si ruky a tvár (zavesiť uterák) Vyčistiť si zuby a učesať si vlasy (odložiť kefkú; zatvoriť pastu) Obliecť sa a odložiť si pyžamo Rýchlo si upratať v izbe – knihy, hračky, šaty, smeti Ustlať si posteľ					
	Postarať sa o psa	Priniesť kôš s bielizňou na prízemie a vrátiť ho prázdny na miesto	Pomôcť Virginii urobiť si ranné povinnosti	Vypnúť svetlo na poschodí a doniesť dolu všetok riad	Urobiť, čo povie Jessi

Večerné povinnosti a úlohy					
Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
Pripraviť kávovar Poupratovať rýchlo prízemie Naložiť/vyložiť riad do/z umývačky Prichystať stôl na raňajky Odložiť moju a Philipovu bielizeň Osprchovať sa (alebo počkať do rána) Nakrmiť mačky Skontrolovať kalendár a týždenný rozvrh a porozmýšľať o zajtrajšku	Okúpať sa alebo osprchovať podľa potreby dňa (spýtať sa mamy) Umyť si ruky a tvár (zavesiť uterák) Vyčistiť si zuby a očesať vlasy (odložiť kefkú; zavrieť zubnú pastu) Obliecť si pyžamo Dať špinavé oblečenie do koša na bielizeň na poschodí Odložiť si opranú bielizeň do šatníkov Rýchlo si poupratovať izbu – knihy, hračky, šaty, smeti				

Tabuľka 4A: Povinnosti pri raňajkách

Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
Pomôcť s raňajkami	Nakrmiť psa		Rozdať vitamíny všetkým deťom		
a ak treba prichystať stôl	Urobiť raňajky	Urobiť raňajky pre seba a pomôcť Lukovi	Urobiť raňajky sebe a Virginii	Urobiť pre seba raňajky alebo si nechať pomôcť od Nickiho	
Vyložiť riad z umývačky					
Oprať					
MODLITBA PRED JEDLOM					
ZJESŤ RAŇAJKY					
Oprať	Odnieť riad do dresu				
Naložiť riad do umývačky					
Poutierať pult					
Príprava do školy					
Upratovanie a rôzne		Vyniesť smeti	Pozametať kuchyňu	Utrieť stôl Dať kvety na stôl	Zavesiť uteráky

Tabuľka 4B : Obedňajšie povinnosti

Mama	Anna	Nicki	Jessica	Luke	Virginia
Urobiť obed	Postarať sa	Upratať triedu	Upratať obývačku	Upratať chodbu	Pomôcť prichystať stôl
Oprať	o psa	Pomôcť Lukovi		Upratať rukavice a topánky	
Prichystať stôl	Pomôcť s obedom				
MODLITBA PRED JEDLOM					
ZJESŤ OBED					
Uvariť kávu	Nakrímiť psa	Upratať stôl	Pozametať kuchyňu	Upratať stoličky a kvety	Upratať uteráky
Naložiť riad do umývačky	Zabaviť sa s Lukom a Virginiou	Utrieť stôl	Umyť si zuby a pomôcť s tým Virginii	Umyť si zuby	Umyť si zuby
Oprať	Umyť si zuby	Umyť si zuby			
Umyť si zuby					

Tabuľka 4C: Povinnosti pri večeri

Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
Bielizeň Pečenie Umývačka Urobiť večeru Prichystať stôl Telefonáty	Upratať obývačku Odložiť si bielizeň	Upratať triedu Odložiť si bielizeň	Upratať chodbu Odložiť si bielizeň	Upratať halu a poschodie	Upratať rukavice a topánky
Odložiť si vlastnú bielizeň					
MODLITBA PRED JEDLOM					
ZJESŤ VEČERU					
Pozametať prízemie	Upratať kuchyňu; odpratať a utrieť stôl; naložiť riad do umývačky a zapnúť ju; pozametať; upratať a poumývať pulty; uteráky; stoličky; kvety				

Tabuľka 5: Kompletný denný rozvrh

	Mama	Anna	Nicki	Jessi	Luke	Virginia
6.30	Vstávanie	Spánok				
7.00						
7.30						
8.00	Modlitba / pranie					
8.30	Ranné úlohy - hygiena - povinnosti pred raňajkami RAŇAJKY Povinnosti po raňajkách					
9.00	RANNÁ MODLITBA V RODINE (svätá omša v po/ut/pia)					
9.30	Škola					
10.00	Modlitba	Prestávka vonku (so psom)				
10.30	Škola					
11.00						
11.30						
12.00	Povinnosti pred obedom OBED					
12.30	Povinnosti po obede					
13.00	Modlitba/p ranie	Ticho na izbách				
13.30	Škola					
14.00						
14.30						
15.00						
15.30	Káva/pranie	Prestávka vonku (so psom)				
16.00	Povinnosti pred večerou	Staršie deti sa hrajú s mladšími				
16.30						
17.00	Povinnosti pred večerou					
17.30	VEČERA					
18.00	Voľno:	Povinnosti po večeri				
18.30	prechádzka, zotavenie, zábava,	Voľno				
19.00	Záľuby	Večerné povinnosti - hygiena				
19.30	VEČERNÁ MODLITBA V RODINE					
20.00	Philip, týždenné udalosti, šitie	Pes	Voľno	Voľno	Čas spánku	
20.30	rôzne aktivity, štúdium,	Voľno	Čas spánku			
21.00	Záľuby	Čas spánku				
21.30	Večerné povinnosti	Spánok				
22.00	Večerná modlitba					
22.30	Čas spánku					

Tabuľka 6A: Týždenný režim (Týždeň 1)

	Nedeľa	Pondelok	Utorok	Streda	Štvrtok	Piatok	Sobota
Ráno	Slúžiť hudbou pri svätej omši (9.00)	Adorácia (5.00) Svätá omša (9.00)	Svätá omša (9.00) Zhromaždiť odpad	Odmraziť a vyčistiť chladničku a mrazničku		Svätá omša (9.00) Zhromaždiť recyklovateľný odpad každý tretí týždeň	Upratať poschodie Vymeniť posteľnú bielizeň Vyčistiť zubné kefký
Popoludnie	Manikúra: deti a ja			Týždeň A: moje deti k Heidi Týždeň B: Heidine deti k nám		Deti navštívia tetu Pochôdzky a vybavovanie	Deti navštívia babku Spoveď detí (raz za mesiac)
Večer	Naplánovať týždeň	Vyučovanie katechizmu: Otec a deti (18.30)		Štúdium Písma	Financie	Upratať prízemie (16.00 al.17.00) Adorácia (23.00)	Philip a ja: schôdzka!

Tabuľka 6B: Týždenný režim (Týždeň 2)

	Nedeľa	Pondelok	Utorok	Streda	Štvrtok	Piatok	Sobota
Ráno	Slúžiť hudbou pri svätej omši (9.00)	Adorácia (5.00) Svätá omša (9:00)	Svätá omša (9.00) Zber kompostu		Výplatný deň!	Svätá omša (9.00) Zhromaždiť recyklovateľný odpad každý tretí týždeň	Mamin voľný deň
Popoludnie	Manikúra: deti a ja			Návšteva babky		Navštívia nás bratraci	Mamin voľný deň Spoveď Potraviny
Večer	Naplánovať si týždeň	Vyučovanie katechizmu : Philip a deti (18.30)	Nácvik hudby k svätej omši (19.00)	Štúdium Písma	Financie Potraviny teraz alebo v sobotu	Upratať prízemie (16.00 alebo 17.00) Adorácia (23.00)	Philip a ja: schôdzka!

Tabuľka 7: Sezónne aktivity

Január	Február	Marec
Učiteľské poradenstvo Projekty šitia Naplánovať rozvrh na január- máj	Projekty šitia Pôst Začať šesťtýždňové jaré upratovanie domu	Jessine narodeniny Pokračovať v jarom upratovaní domu Daň z príjmu
Apríl	Máj	Jún
Annine narodeniny Mamine narodeniny Plán výsadby záhrad Naplánovať rozvrh na budúci rok	Záhrada: slivky, presadiť Oprať posteľnú bielizeň, deky a záclony Namontovať sieťky proti hmyzu a umyť okná Vytriediť letné šatstvo Kúpiť rozvrh	Učiteľské poradenstvo Sadiť v záhradách Kúpiť rozvrh Vytrhať burinu
Júl	August	September
Bobuľovité ovocie: džem a zaváraniny Oprava v dome Prázdniny Začať zmrazovať plody zo záhrady Vytrhať burinu	Virginiine narodeniny Naplánovať rozvrh na september – december Pripraviť dom na nový školský rok	Nickiho narodeniny Učiteľské poradenstvo Úroda a zmrazovanie plodov zo záhrady
Október	November	December
Upratovanie dvora Vytriediť jesenné šatstvo Pripraviť zásoby na zimu	Začať plánovať nákupy na Vianoce Začať piecť na Vianoce Adventná príprava	Lukiho narodeniny Philipove narodeniny Upratať dom pred Vianocami

Tabuľka 8: Povinnosti raz týždenne

	Vymenujem presne zoznam povinností, aby ich každé dieťa mohlo samostatne vykonať.
	Vzor: Obývacia izba
1.	Odtiahni gauč. Pozbieraj každú vec, ktorú tam nájdeš, a odlož ju <i>presne tam</i> , kde patrí. Povysávaj. Daj gauč na miesto.
2.	Urob to isté so všetkými gaučami, kreslami a stojanom na televízor.
3.	Zodvihni každú hračku, knihu, smeti a všetko ostatné z dlážky, kresiel alebo stolov a odlož to tam, kde to patrí.
4.	Vypráš poťahy. Zdvihni sošky, vázy a sviečky a poutieraj pod nimi prach. Vráť ich presne na miesto.
5.	Poupratuj police s knihami. Zoraď knihy zvisle. Poutieraj prach.
6.	Poutieraj prach na prednej i zadnej časti televízora. Odlož na miesto videokazety/DVD.
7.	Poutieraj prach na okenných parapetoch a polej kvety jedným pohárom vody.
8.	Ak treba, poumývaj všetky okná a televíznu obrazovku.
9.	Poutieraj prach na mojom stolíku, ale nechaj mi tam knihy (a všetko ostatné). Ja si ich odložím.
10.	Povysávaj izbu, najmä v rohoch a za dverami.
11.	Umy dlážku handrou. Potom s čistou vyžmýkanou handrou pretri dlážku.
12.	Choď sa opýtať mamy, či treba ešte niečo urobiť.