

Usmerňovať srdce detí vo výchove

„Usmerňovať emócie detí znamená zosúladovať to, čo deti majú rady s tým, čo je skutočne dobré.“ Nový článok zo série o rodine.

22.03.2017

Rodičia majú právo i povinnosť usmerňovať výchovu svojich detí, ako prirodzený dôsledok toho, že ich privádzajú na svet. Dokonca možno povedať, že dieťa, ako osoba, je prvotným účelom lásky medzi manželskými partnermi v Bohu.

Dobre vychovávať deti teda možno považovať za predĺženie lásky, ktorá im dáva život. Rodičia sa usilujú vytvárať svojim deťom podmienky na to, aby boli šťastné, pomáhajú im nájsť si to správne miesto v živote z hľadiska prirodzeného i nadprirodzeného.

Kresťanskí rodičia vidia v každom jednom dieťati dôkaz dôvery, ktorú Boh do nich vkladá. Dobre vychovať svojej deti je pre rodičov ten „najlepší biznis na svete,“ ako hovorieval sv. Josemaría. Toto úsilie sa začína už pri počatí a prvé kroky sa prejavujú pri usmerňovaní emócií a citov dieťaťa. Ak sa rodičia skutočne navzájom milujú a vo svojom dieťati vidia ovocie svojho sebadarovania, potom aj to dieťa vychovávajú v láske a pre lásku. Inými slovami, práve na rodičov predovšetkým spadá úloha usmerňovať emocionálny život dieťaťa, aby sa jeho emócie vyvíjali

normálne, ako u pokojného a vyrovnaného dieťaťa.

Emocionálny život sa primárne rozvíja v detstve. Neskôr, v období dospievania, sa môžu vyskytnúť aj emocionálne krízy, pričom rodičia musia pomáhať svojim deťom účinne sa s nimi vysporiadať. Ak boli deti vychovávané ako pokojné a stabilné osoby už od detstva, budú aj schopnejšie prekonávať akékoľvek ťažké chvíle. Okrem toho emocionálna stabilita podporuje rast dobrých návykov v intelektu a vôli. Bez emocionálnej harmónie je ťažšie duchovne rásť.

Je len prirodzené, že neodmysliteľnou podmienkou pre budovanie dobrých emocionálnych základov v každom dieťati je to, že aj samotní rodičia sa usilujú zlepšovať svoju vlastnú emocionálnu stabilitu. Ako to môžu dosiahnuť? Tým, že pestujú súlad v rodine, starajú sa o

vzájomnú jednotu, tým, že si prezieravo navzájom prejavujú láskavosti v prítomnosti detí. Niekedy však môžeme mať tendenciu vnímať emócie a city ako niečo, čo nepatrí do výchovnej zložky v rodine, pretože sa nám zdá, že sú to len reakcie, ktoré sa jednoducho „prihodia“, že sú mimo našej kontroly a nemožno ich zmeniť. Na emócie sa dokonca niekedy pozerá aj v negatívnom svetle, pretože hriech narušil naše vášne a tieto neusporiadané city nám teraz sťažujú konať tak, aby to bolo v súlade s rozumom.

V jadre osobnosti

Tento pasívny a dokonca aj negatívny pohľad na emócie, prítomný v mnohých náboženstvách a morálnych tradíciách, ostro kontrastuje s Božími slovami adresovanými prorokovi Ezechielovi: *„Odstránim z ich tela*

srdce kamenné a dám im srdce z mäsa, aby kráčali podľa mojich príkazov, zachovávali moje práva a konali podľa nich. “[1]Mať srdce z mäsa, schopné milovať, sa považuje za niečo, čo potrebujeme, aby sme mohli plniť Božiu vôľu.

Neusporiadané vášne nie sú dôsledkom „príliš veľa srdca“, ale skôr „zlého srdca“, ktoré potrebuje liečbu. Sám Kristus nám povedal: „*Dobry človek vynáša z dobrého pokladu svojho srdca dobro a zlý človek zo zlého vynáša zlo. Veď z plnosti srdca hovoria jeho ústa.*” [2]Zo srdca vychádza to, čo poškvrňuje človeka, [3]ale aj podobne, veci ktoré ho robia dobrým.

Potrebujeme silné emócie, pretože sú významnou vzpruhou k nášmu konaniu. Všetci máme inklináciu k tomu, čo máme naozaj radi.

Usmerňovať emócie detí znamená zosúladiť to, čo deti majú rady s tým, čo je skutočne dobré. Konať so

zanietením pre vznešenú vec je z ľudského hľadiska správne. Čo je prirodzenejšie, než láska matky k svojmu dieťaťu? Ako často ju tento silný cit vedie k tomu, aby sa s radosťou pre deti obetovala? A keď máme pred sebou niečo, čo vnímame ako nepríjemné, alebo odpudivé, potom je aj ľahšie sa tomu vyhnúť! V danom momente, keď vnímanie „odpornosť“ nejakého skutku, môže byť cit silnejšou motiváciou ako len množstvo nejakých racionálnych argumentov.

Samozrejme sa tým nechce povedať, aby sme zamieňali morálnosť činov s našimi citmi. Neznamená to redukovania morálneho života a náš vzťah k Bohu na pocity. Ako vždy, naším vzorom je Kristus. V Ňom, v dokonalom človekovi, vidíme, ako emócie a vášne môžu pomáhať k správne konaniu. Kristus je hlboko dojatý keď vidí smrť, a potom aj koná zázraky. V Getsemanskej

záhrade vidíme intenzitu jeho citov počas modlitby. Vidíme v ňom dokonca aj prejav hnevu, správneho hnevu, keď obnovuje dôstojnosť chrámu. [4]Keď opravdivo niečo milujeme, je len prirodzené, že sa rozniecujú aj naše city. Robiť niečo len preto, aby sa to urobilo, bez toho, aby sme do toho vložili srdce, by bolo dosť nepríjemné. City poskytujú rozumu zanietenie a z dobrého robia aj príjemné – pričom rozum poskytuje citom svetlo, harmóniu a jednotu.

Pre očisťovanie srdca

V našej ľudskej konzistencii majú emócie uľahčovať dobrovoľné konanie, a nie zahmlievať ho alebo sťažovať ho. „Mravná dokonalosť spočíva v tom, že človeka nepobáda k dobru iba jeho vôľa, ale aj jeho zmyslová túžba (appetitus sensibilis) podľa týchto slov žalmu: „Moje srdce i moje telo vznášajú sa k Bohu

živému“ (Ž84,3). Preto tu nejde o to, aby sme sa snažili zadusiť alebo „kontrolovať“ emócie, ako keby ony boli niečím zlým a mali by byť odmietané. Aj keď dedičný hriech do nich priniesol neporiadok, neboli celkom zničené, narušené, nenapraviteľné. City ľudského srdca možno usmerňovať pozitívnym smerom v úsilí o skutočné dobro – lásku k Bohu a iným ľuďom. Preto všetci tí, ktorí sa podieľajú na výchove detí, na prvom mieste rodičia, by im mali čo najviac pomáhať, aby deti rady robili to čo je dobré.

Usmerňovať afektívnu zložku dieťaťa znamená predovšetkým pomáhať mu k sebapoznaniu, aby jeho city boli zodpovedajúce skutočnosti, v ktorej sa vyskytujú. To môže znamenať aj pomáhať deťom, aby prekonali, alebo „transcendovali“ konkrétny cit, až kým nedokážu vidieť v pravom svetle príčinu, ktorá ho vyprovokovala.

Výsledkom tejto reflexiu bude niekedy snaha modifikovať príčinu pozitívnym spôsobom. Inokedy, napríklad pri úmrtí blízkeho človeka, alebo v prípade ťažkej choroby, skutočnosť nemožno zmeniť. Toto je chvíľa, keď môžeme deti učiť prijať skutočnosti prichádzajúce z Božej ruky, ktorý nás miluje ako Otec. Inokedy, napríklad pri výbuchu hnevu, keď sa deti boja, alebo sa im nepáči niečo alebo niekto, rodičia sa môžu porozprávať s deťmi, pomôcť im pochopiť, nakoľko to je možné, dôvody takejto reakcie takým spôsobom, že deti dokážu tieto situácie prekonať. Takto deti lepšie spoznávajú samy seba a sú lepšie pripravené urobiť si poriadok v oblasti svojich citov.

Ľudia zodpovední za výchovu môžu tiež pomáhať mladým ľuďom uvedomovať si v sebe i v iných ľuďoch konkrétne city a emócie. Literárne príbehy alebo filmy môžu

deti učiť, aby dokázali primeranejšie emocionálne reagovať. Príbeh vtáhuje človeka, ktorý vidí, číta alebo ho počúva, roznecuje jeho city istým konkrétnym smerom a učí ho vnímať realitu istým spôsobom. V závislosti od veku (vplyv môže byť väčší v mladšom veku) dobrodružný príbeh, príbeh s napätím, romantická poviedka, môžu upevňovať vhodné reakcie v situáciách, ktoré si ich objektívne vyžadujú – ako napríklad rozhorčenie voči nespravodlivosti, súciti s postihnutými, obdiv k obetavosti, lásku k tomu čo je krásne. Toto tiež podnieti túžbu po týchto citoch, keďže sa považujú za zdroj dokonalosti a vznešenosti.

Správne nasmerované dobré príbehy postupne budujú estetickú schopnosť vyberať si príbehy dobrej kvality. Toto podporuje správny kritický zmysel a je účinnou pomôckou proti znižovaniu ľudskej úrovne, ktorá môže niekedy sklznúť do vulgárnosti

a zanedbávania slušnosti. Osobitne v krajinách tzv. „prvého sveta“ postoj „spontánnosti“ a „prirodzenosti“ je stále viac rozšírený, čo často vedie k nedostatku slušnej ľudskej úrovne. Keď si ľudia navyknú na takúto atmosféru, bez ohľadu na vek, znižuje sa tým ich vlastná citlivosť, animalizujú (alebo trivializujú) sa ich emocionálne reakcie. Rodičia musia v deťoch budovať odmietanie vulgárnosti, aj keď to nie je priamo v oblasti zmyslovosti.

Na druhej strane je dobré pripomenúť, že usmerňovanie ľudskej citovosti sa nezužuje len na usmerňovanie sexuality. Sexualita je len jedna časť širšieho emocionálneho života. Keď sa v rodine vybuduje atmosféra dôvery, pre rodičov je potom ľahšie rozprávať sa s deťmi o nádhere a význame ľudskej lásky, dávať im postupne od skorého veku zdroje, aby sa mohli sami orientovať v

tomto aspekte života, predovšetkým usmerňovaním emócií a podporovaním cností.

Srdce podľa Kristovho srdca

V konečnom dôsledku usmerňovanie emócií má za cieľ vypestovať v dieťati veľké srdce, schopné skutočne milovať Boha a ľudí. Mladí ľudia potrebujú srdce schopné „spolucítiť so starosťami tých, ktorí nás obklopujú, vedieť odpúšťať a pochopiť, obetovať sa spolu s Kristom za všetky duše. [6]Rodinná atmosféra, ktorá sa prejavuje pokojom ale súčasne i náročnosťou, bude podporovať priamym prienikom, osmózou, budovanie dôvery a stability v zložitom svete ľudských citov. Ak deti vidia, že ich bezpodmienečne milujú, ak si uvedomia, že ich dobré správanie robí ich rodičov šťastnými, a že ich chyby nevedú k strate dôvery voči nim, ak sa im pomáha, aby boli

úprimné a prejavili svoje city, potom budú vyrastať v stálej, vnútornej atmosfére poriadku a pokoja. Pozitívne city ako pochopenie, radosť a dôvera budú prevládať, pričom všetko to, čo ich oberá o pokoj – či už hnev, výkyvy nálad alebo závisť, sa budú považovať za výzvy požiadať iných ľudí o odpustenie, alebo im odpustiť a prejať im láskavosť.

Mladí ľudia potrebujú srdcia zamilované do toho, čo má skutočnú hodnotu, srdcia zamilované predovšetkým do Boha. [7]Nič nepomáha dozrievaniu emócií tak, ako keď sa srdce zameria na nášho Pána a na plnenie jeho vôle. Ak to máme dosiahnuť, ako hovorieval sv. Josemaría, „musíme srdce zamkovať na sedem zámkov, jeden zámok na každý zo siedmich hlavných hriechov.” [8]Každé ľudské srdce má svoje prejavy náklonnosti, ktoré by mali byť výlučne venované Bohu, a

keď ich smerujeme niekam inam,
potom mávame výčitky svedomia.

Opravdivá čistota duše znamená
vyhýbať sa všetkému, kde by sme
chceli dávať stvorenstvu alebo
svojmu egu to, čo patrí len Kristovi.
Vyžaduje si to, aby schopnosť človeka
milovať a túžiť bola patrične
uspôsobená a integrovaná. Ten obraz
siedmich zámkov nebude
naznačovať len umierňovanie
žiadostivosti alebo obsesívnej
starostlivosti o materiálny blahobyť.
Pripomína nám to, že máme bojovať
proti pýche, márnivosti, mať pod
kontrolou svoju predstavivosť,
očisťovať si pamäť, krotiť si apetít pri
jedle, podnecovať priateľské postoje
voči tým, ktorí sú nám nepríjemní. Aj
keď to pôsobí paradoxne, keď
„nasadíme srdcu putá“, zväčšujeme
tak svoju slobodu milovať s
nezmenšenou silou.

Najsvätejšie Človečenstvo nášho Pána je najlepším skúšobným priestorom, kde si môžeme zušľachťovať srdce a jeho náklonnosti. Deti treba už od skorého veku učiť, aby sa nechali priťahovať Ježišom Kristom a jeho Matkou takým istým srdečným spôsobom, ako prejavujú láskavosť k svojim rodičom. Toto deťom pomôže, v závislosti od veku, objavovať skutočnú veľkosť svojich citov a umožní nášmu Pánovi, aby vstúpil do ich duše. Srdce, ktoré sa celkom zachováva pre Boha, sa zachováva v celosti a je schopné sa celkom oddať.

V tejto perspektíve sa zo srdca stáva symbol s hlbokým antropologickým bohatstvom. Je stredobodom človeka, miestom, kde sa zbiehajú naj dôvernejšie a najvznešenejšie ľudské mohutnosti, odkiaľ každý človek čerpá energiu pre svoje konanie. Je to motor, ktorý treba vychovávať, starať sa oň, mierniť ho,

zušľachťovať, aby sa všetka jeho sila
zamerala tým správnym smerom.
Aby sme ho mohli vychovávať
takýmto spôsobom, aby sme mohli
milovať a učiť iných milovať s
takouto silou, „potrebujeme zo
svojich vlastných životov vykoreniť
všetko, čo tvorí prekážku Kristovho
života v nás: naviazanosť na vlastné
pohodlie, pokušenie k sebeckosti,
tendenciu byť stredobodom
všetkého. Len ak budem odrážať
Kristov život v našom živote, budeme
ho môcť odovzdávať iným.“[9] Keď
nastáva súlad medzi milosťou a
osobným bojom, duša sa zbožšťuje a
postupne sa srdce stáva
veľkodušným, schopným venovať
svoje najlepšie úsilie pre vznešené a
veľké ideály, pre konanie Božej vôle.

Niekedy sa padlá ľudská
prirodzenosť domáha svojich
stratených práv, ale emocionálna
zrelosť, zrelosť nezávislá od veku,
pomáha človeku, aby mohol hľadiť

ponad emócie a identifikoval, čo ich odštartovalo, a ako má na tieto skutočnosti reagovať. Vždy sa môžeme spoľahnúť na útočisko nášho Pána a jeho Preblahoslavenú Matku. „Zvykaj si vkladať svoje úbohé srdce do Sladkého a Nepoškvrneného Srdca Panny Márie, aby ti ho očistila od toľkého odpadu a priviedla ťa k Najsvätejšiemu a Najmilosrdnejšiemu Ježišovmu Srdcu.

J.M. Martin, J. Verdia

Poznámky:

[1]*Ez* 11:19-20

[2]*Lk* 6:45.

[3]Pozri. *Mk* 7:20-23.

[4]Pozri. *Mk* 5:40-43; 14:32 ff;
11:15-17.

[5]*Katechizmus Katolíckej cirkvi*, č.
1770.

[6]Íst' s Kristom , č 158.

[7]Pozri Brázda, č. 795.

[8]Sv. Josemaría, stretnutie vo Valencii, 7. januára 1975: v Pedro Rodriguez, *Kriticko-historické vydanie Cesty*, Scepter Londýn, str 372, pozri *Cesta*, č. 188

[9]Íst' s Kristom, č. 158.

[10]*Brázda* , č. 830.