

## VZGOJA ČUSTEV

Že v davnini je veljalo mišljenje, da so slaba tista čustva, ki krčijo ali izničijo svobodo. To je bila velika tema grške dobe, orientalske misli in mnogih starodobnih religij. V vseh velikih modrostnih izročilih človeštva najdemo opominjanje o tem, kako pomembno je vzgajati človekovo svobodo ob soočenju z njegovimi željami in občutji. Zdi se, kot da bi vse te kulture že v davnih časih izkusile, da v notranjosti človekovega srca obstajajo nasprotujoče si sile in zahteve, med katerimi pogosto prihaja do hudih bojev.

Vsa ta izročila govorijo o gibanju strasti; stremijo k miru, ki ga prinaša razsodno vedenje pod vodstvom razuma, ki prevlada nad željami; težijo k notranji svobodi človeka, k svobodi, ki ni le izhodiščna točka, temveč pridobitev, ki jo mora vsak človek uresničiti. Vsakdo mora doseči obvladanje samega sebe, tako da se podredi pravilu razuma in to je pot, ki so jo poimenovali tudi krepost: veselje in sreča bosta nastopila kot sad življenja, ki se ravna po tej kreposti.

### SPREOBRNENJE SRCA

Krščanska morala uči, da neurejenost našega čustvenega sveta korenini v izvirnem grehu. Človeško srce je zmožno nedvomne plemenitosti, najvišje stopnje junaštva in svetosti, pa tudi največjih nizkotnosti ter najbolj razčlovečenih nagonov.

V Novi zavezi na več mestih najdemo Jezusove besede, s katerimi na silovit način spodbuja k notranji spreobrnitvi srca in želja: **Slišali ste, da je bilo rečeno: Ne prešuštvuj! Jaz pa vam pravim: Kdorkoli gleda žensko, da jo poželi, je v srcu že prešuštvoval z njo.**<sup>1</sup>

Naš Gospod je poudarjal, da ni dovolj, če se vzdržimo slabih dejanj, ali če se ravnamo po predpisih zunanjega obnašanja, temveč je treba spremeniti srce, **od znotraj namreč, iz človekovega srca, prihajajo hudobne misli, nečistovanja, tatvine, umori, prešušstva, pohlepi, hudobije, zvižča, razuzdanost, nevoščljivost, bogokletje, napuh, nespamet. Vse te hudobije prihajajo od znotraj in omadežujejo človeka.**<sup>2</sup>

Njegov nauk je nenehen poziv k spreobrnjenju srca, k edinemu spreobrnjenju, ki napravi človeka resnično dobrega: **Dober človek prinaša iz dobrega zaklada svojega srca dobro, hudoben pa iz hudobnega húdo; iz preobilja srca govorijo namreč njegova usta.**<sup>3</sup> Na radikalen način govori o potrebi po notranjem očiščenju: **Vi sebe opravičujete pred ljudmi, toda Bog pozna vašo srca.**<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Mt 5,27-28.

<sup>2</sup> Mr 7,21-23.

<sup>3</sup> Lk 6,45.

<sup>4</sup> Lk 16,15.



Nemoralna dejanja izvirajo iz izkrivljenih misli, ki jih človek hrani v srcu. Zato je vzgoja čustev tako pomembna. In zaradi tega apostol Peter reče Hananiju, ko ga zalotijo pri zvižaji: **Zakaj si v srcu sklenil takšno dejanje?**<sup>5</sup>

Krščanska morala ne gleda na čustva kot na nekaj, kar bi bilo treba zavračati. Nasprotno, bistveni pomen daje negovanju in vzgoji čustev, saj nosijo ogromno transcendentnost v moralnem življenju. Usmerjati in vzgajati čustva pomeni prizadevati si za prečiščenje, kajti greh je vnesel ljuljko in nered v srce vsakega človeka, ki je zato potrebno poprave. Zaradi tega je sveti Jožefmarija zapisal: **Gospod, ne prosim te, da mi odvzameš čustva, saj ti z njimi lahko služim, ampak da jih prečistiš v ognju.**<sup>6</sup>

Gre za to, da gradimo na trdnem temelju človekovega dostojanstva, spoštovanja in uglašenosti z vsem, kar zahteva njegova narava in kar je njej lastno. Najboljši čustveni slog, najboljši značaj pa bo tisti, ki nas bo postavil v orbito, najbližjo tistemu edinstvenemu dostojanstvu, ki pripada človeškemu bitju. Kolikor bolj bomo to dosegli, tem bližje bomo sreči in svetosti.

## ČUSTVA IN KREPOST

Vsako čustvo spodbuja določena dejanja, druga pa zavira. Zato čustva spodbujajo ali pa ovirajo psihološko in duhovno zdravo življenje, pa tudi spodbujajo oz. ovirajo prakso kreposti ali vrednot, ki jih želimo doseči. Ne gre pozabiti, da so zavist, sebičnost, napuh, lenoba zagotovo pomanjkanje kreposti, toda istočasno so tudi pomanjkanje ustrezne vzgoje čustev, ki te kreposti spodbujajo ali zavirajo. Lahko torej rečemo, da udejanjanje kreposti spodbuja vzgojo srca in obratno.

Mnogokrat se pozablja, da so čustva v človeku nekaj silno močnega, nekaj, kar nas običajno z največjo silo žene ali odvrča pri našem ravnanju. Včasih je obstajala težnja po zanemarjanju vzgoje čustev, morda zaradi nejasne predstave, da gre za nekaj temačnega in skrivnostnega, za nekaj neracionalnega, kar bi bilo skorajda izven našega nadzora; ali morda zaradi zamenjevanja čustev s sentimentalnostjo; ali pa zato, ker je vzgoja čustev težka naloga, ki zahteva razločevanje in stalnost ter se ji zato izmikamo, skoraj brez da bi se tega zavedali.

Čustva prinašajo v življenje velik del njegovega bogastva in se izkažejo kot odločilna za uresničeno in srečno življenje. **Da bi dosegli srečo, ni potrebno udobno življenje, temveč zaljubljeno srce.**<sup>7</sup> V ta namen je treba srce vzgajati, četudi to ni vselej lahko. Vsi imamo zmožnost, da v dobršni meri svoja čustva vodimo. Ne smemo se zmotno vdati mišljenju, da jih skorajda ni mogoče vzgajati, in zato misliti, da so ljudje neizbežno takšni ali drugačni, da so velikodušni ali zavistni, žalostni ali veseli, ljubeznivi ali hladni, optimisti ali pesimisti, kakor da bi to bilo nekaj, kar je del neizprosne narave in kar je skoraj nemogoče spremeniti.

Čustvene dispozicije gotovo imajo prirojeno komponento, katere doseg je težko določiti. Toda tukaj je še močni vpliv družine, šole, kulture, v kateri človek živi, vere. Predvsem pa obstaja človekov osebni trud, da bi se s pomočjo božje milosti izboljšal.

<sup>5</sup> Apd 5,4.

<sup>6</sup> Sv. Jožefmarija, Kovačnica, 750.

<sup>7</sup> Sv. Jožefmarija, Brazda, 795.



## ZGLED, ZAHTEVNOST, DOBRA KOMUNIKACIJA

Pri oblikovanju na področju emocij ima zgled še posebej pomembno vlogo. Dovolj je, če pomislimo, na primer, na to, kako se s staršev na otroke prenaša zmožnost prepoznavanja bolečine sočloveka, razumevanja drugih, pripravljenost pomagati, kadar kdo to potrebuje. To so čustveni stili, ki se jih vsi na naraven način naučimo in jih zabeležimo v svoj spomin, ko opazujemo ljudi okoli nas, skoraj brez da bi se tega zavedali.

Vendar pa zaradi tega ni vse zgolj v dobrem zgledu. Obstajajo sebični in neobčutljivi otroci, katerih starši so ljudje širokega srca. To je tako, ker je vzor pomemben (npr. starši, ki so pozorni na potrebe drugih), ampak poleg tega je potrebno otroke napraviti občutljive za te vrednote (doseči, da odkrijejo te potrebe v drugih, jim pokazati privlačnost življenjskega sloga, temelječega na velikodušnosti), in nazadnje je potrebna tudi vzgoja v vzdušju osebne zahtevnosti, kajti če ni zahtevnosti do samega sebe, potem lenoba in sebičnost zlahka zadušita katerikoli proces čustvenega dozorevanja. Disciplina in avtoriteta sta pri vzgajanju odločilni, saj se brez kančka discipline otrok le stežka nauči večine za življenje pomembnih stvari.

Ob tem je ključno, da vladata sproščeno vzdušje in dobra komunikacija; da se v družini zlahka ustvarijo priložnosti za tesnejšo intimnost, ko lahko vsakdo z zaupanjem pokaže svoja čustva, jih deli z drugimi in se čustva na ta način tudi vzgajajo; da ni pretirane sramežljivosti, kadar gre za izražanje lastnih čustev; da lahko drugemu brez težav, vdano in ljubeznivo spregovorimo o tem, kar nam na njem ni všeč itd.

Kadar manjka ta uglasenost v zvezi s kakšno vrsto čustev (npr. glede usmiljenja ob trpljenju drugih, želje po samopremagovanju v težavah, glede veselja ob uspehu drugih itd.), oziroma če se takšna čustva ne spodbujajo ali se celo otežujejo in prezirajo, tedaj človek teži k temu, da bi jih zatrl, in polagoma jih bo čutil vedno manj: tako se čustva počasi zameglijo in postopoma izginjajo iz emocionalnega repertoarja.

## MOČ VZGOJE

Med čustvom in obnašanjem je vmes pomemben korak. Na primer, lahko te je strah, toda ravnaš pogumno. Lahko čutiš sovraštvo, pa odpustiš. V tem območju med čustvi in dejanjem se nahaja osebna svoboda. Tako pride do osebne odločitve, ki se deloma zgodi v tem konkretnem trenutku, deloma pa že prej, v predhodnem procesu vzgoje in samovzgoje. V teku človekovega življenja se počasi ustvarja slog čutenja, pa tudi slog ravnanja. Če se vrnemo k zgledu; strahopeten ali jezljiv človek se je navadil reagirati tako, da se prepusti strahu ali jezi, ki v njem spontano povzročita določene nagibe, vse to pa je v njem vzpostavilo bolj ali manj trajno razpoloženje. To razpoloženje ga vodi k temu, da na takšne situacije reagira v določenem slogu, do te mere, da na zadnje to postane lastnost njegovega značaja.

Skratka, ne moremo spremeniti svoje genetske dediščine, niti svoje vzgoje, ki smo je bili deležni do današnjega dne, lahko pa gledamo na sedanost in na prihodnost z globokim zaupanjem v zmožnost, da se človek spreminja s pomočjo vzgoje, osebnega prizadevanja in božje milosti.



## ČUSTVA IN MORALNA VZGOJA

Vzgoja mora vključevati posebno pozornost do vzgajanja v morali in ne more biti omejena zgolj na področja, kot so intelektualni razvoj, moč volje ali čustvena stabilnost. Dobra vzgoja čustvenosti mora med drugim otroku pomagati, da se bo, kolikor mogoče, naučil uživati v dobrih dejanjih in čutiti odpor do slabih. Gre torej za to, da se nauči ljubiti to, kar si v resnici zasluži ljubezen.

V naši notranjosti so čustva, ki nas spodbujajo k dobrim dejanjem, ob njih pa mrgoli tudi onih drugih, ki ogrožajo naše moralno življenje. Zato si moramo prizadevati, da naša čustva oblikujemo tako, da nam bodo čim bolj pomagala, da se bomo dobro počutili ob tem, kar pripomore k izgrajevanju doslednega, polnega, uresničenega življenja; in da se bomo počutili slabo v nasprotnem primeru. Moralna vzgoja nam namreč med drugim pomaga k optimalnemu čutenju.

Za prve kristjane je bil pozitiven pomen človeških čustev nekaj naravnega in zelo bližnjega. Dokaz za to je nasvet sv. Pavla: **To mislite [čutite] v sebi, kar je tudi v Kristusu Jezusu.**<sup>8</sup> Katekizem katoliške Cerkve govori tudi o tem, kako pomembno je čustveno življenje na poti svetosti: »Nravna popolnost je, če človeka ne nagiba k dobremu samo njegova volja, marveč tudi njegovo čutno teženje, kakor pravi psalm: "Moje srce in moje telo vriskata k živemu Bogu" (Ps 84,3).«<sup>9</sup>

Res je, da delati dobro včasih ne bo privlačno. Zato čustva niso vedno zanesljivo moralno vodilo. Ne gre pa podcenjevati njihove moči in vpliva, temveč je treba razumeti, da se jih splača vzgajati, da bi čim bolj pripomogli k moralnemu življenju. Če človek, na primer, čuti nelagodje, kadar laže, in zadoščenje, kadar je iskren, mu bo to zagotovo v veliko pomoč. In če mu je nadležno, kadar je nezvest, sebičen, len ali krivičen, ga bodo ta čustva oddaljila od takšnih napak in včasih bo to mnogo učinkovitejše od drugih argumentov.

Oseba z dobro vzgojeno emocionalnostjo bo potrebovala manj napora za življenje kreposti in doseganje svetosti. Vsekakor pa, naj ima človek še tako dobro vzgojo, bo opravljanje dobrih dejanj pogosto vključevalo premagovanje, včasih tudi v veliki meri. Vselej pa z dobrim dejanjem človek na zadnje pridobi. Nasprotno pa izbira slabega pomeni goljufanje samega sebe, na dolgi rok pa življenje, v katerem je mnogo več težav in razočaranosti. Ne gre torej za to, da bi si srečo v nebesih zaslužili tako, da smo na zemlji nesrečni, temveč za iskanje dvojne sreče istočasno: **Vedno bolj sem prepričan: nebeška sreča je za tiste, ki znajo biti srečni na zemlji.**<sup>10</sup>

## NOTRANJA SVOBODA

Včasih smo nagnjeni k temu, da obveznost enačimo s prisilo; pojem dolžnosti dojemamo kot izgubo svobode, to pa je napaka v emocionalnem razvoju. Ravnanje, skladno z dolžnostjo, je nekaj, kar nas izpopolnjuje. Če sprejmemo svojo dolžnost kot glas prijatelja, jo bomo mogli prevzeti z veseljem in srcem ter bomo korak za korakom odkrili, da je veliki dosežek vzgoje emocij v tem, da kolikor je mogoče združi hotenje in dolžnost. Na ta način se poleg tega doseže veliko

<sup>8</sup> Flp 2,5.

<sup>9</sup> Katekizem katoliške Cerkve, 1770.

<sup>10</sup> Sv. Jožefmarija, Kovačnica, 1005.



višjo stopnjo svobode, saj sreča ni v tem, da delaš, kar hočeš, ampak v tem, da hočeš storiti to, kar moraš.

Tako se bomo čutili zavezane delati moralno dobro, toda ne primorane niti prisiljene, ker bomo to zaznali kot ideal, ki nas vodi k polnosti, to pa predstavlja eno izmed največjih dosežkov resnične svobode.

A. Aguiló