



Sonja Corbitt

Odvážna v Bohu

*Ako premôeť strach
a bezvýhradne milovať*

Príručka duchovného
boja katolíckej ženy

„Sonja Corbitt rozpráva dôležité skutočnosti o tom, ako dať Boha na prvé a najlepšie miesto vo svojom živote aj v tých najprekvapujúcejších životných okolnostiach.“

Elizabeth Sealia

*hlavná editorka časopisu Aleteia a autorka knihy Strange Gods
(Zvláštni bohovia)*

„Absolútne výnimočné! Sonja Corbitt vás povedie s praktickou múdrosťou a s mečom Písma a mocou Ducha Svätého vám zase pomôže premôcť hriech a žiť život nebojácnej lásky. Túto knihu si musíte prečítať!“

otec Larry Richards

*autor kníh Bud' mužom! a Odovzdaný:
Ako sa v každodennom živote odovzdávať Bohu a jeho vôli*

„Sonja Corbitt sa dôvtipne, múdro a s pomocou Božieho slova pasuje s každodennými duchovnými bojmi. Táto kniha, plná osobných príkladov i hlbokých myšlienok, je realistickou učebnicou duchovného boja. Odporúčam jej praktický prístup každému, kto chce žiť v Kristovej slobode a láske a naučiť sa bojovať s klamstvami a lákadlami diabla skôr, než v ňom zapustia korene.“

Sarah Christmyer

*spoluautorka katolíckeho biblického študijného programu
The Great Adventure (Veľké dobrodružstvo)*

Odvážna v Bohu



*Ako premôcť strach
a bezvýhradne milovať*

Sonja Corbitt

Odvážna v Bohu



*Ako premôcť strach
a bezvýhradne milovať*

Príručka duchovného
boja katolíckej ženy

© AVE MARIA PRESS, 2015
Notre Dame IN 46556, USA

Z amerického originálu:

Fearless: Conquer Your Demons and Love with Abandon

Vydal: © Zachej.sk, 2018

Preklad: © Mgr. Lukáš Vaník

Grafika: © Tomáš Kyška

Redaktorka: PhDr. Zuzana Ring

Jazyková korektúra: Mgr. Mariana Páterková

Nihil obstat: Rev. Jayd D. Neely, Censor Librorum

Imprimatur:

Most Rev. David R. Choby, Bishop of Nashville, 17. 08. 2016

Citáty z oficiálneho katolíckeho prekladu Svätého písma a z Katechizmu Katolíckej cirkvi sú uvedené s dovolením © Spolku svätého Vojtecha.

ISBN: 978-80-89866-45-8

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto publikácie sa nesmie reprodukovať v akejkoľvek podobe alebo akýmkoľvek spôsobom (elektronicky, mechanicky, fotokópiami alebo iným spôsobom) bez súhlasu vlastníka autorských práv.

Všetkým slovenským čitateľom, ktorí
sa rozhodli vierou poraziť strach.

Sonja Corbitt

Všetkým slovenským čitateľom,
ktorí sa rozhodli vierou poraziť strach.

– Sonja Corbitt

Venujem
svätému Jánovi z Krúža,
ktorý ma naučil nebáť sa.

Úvod

Najzvláštnejší týždeň môjho života sa začal tou najhoršou manželskou hádkou za posledných dvadsaťtri rokov. Môj manžel na mňa chrlil slová tak, že som stihla povedať jedine: „Ty vôbec nerozumieš tomu, čo ti hovorím!“ Jeho šialené správanie bolo také čudné a naňho nezvyčajné, že som ho po hádke pustila z hlavy s tým, že to súvisí asi s nejakou krízou stredného veku. V dome však stále ostalo visieť akési napätie.

Na druhý deň som dostala list od svojho bývalého priateľa (ktorý je teraz ženatý a má deti). Vyznával mi v ňom svoju vrúcnu a nekonečnú lásku a povedal mi, že na sviatky prechádza autom okolo domu mojej mamy, a keď vie, že som v meste, snaží sa ma zazrieť. Vymenoval zoznam filmov, ktoré zvykne pozeráť, keď na mňa myslí. Veľmi zvláštne, pomyslela som. Najmä to načasovanie. Začala som sa cítiť nesvoja.

Deň nato zomrel na náhly srdcový infarkt nevlastný otec môjho manžela, ktorý mal kedysi násilnícke sklony. Dofajčil cigaretu a klesol do záhradnej stoličky. Omdlel posediačky na dvore, keď sledoval, ako mu môj syn kosí trávnik. Všetci traja prítomní – môj syn, jeho bratranec s Downovým syndrómom a starká – si mysleli, že zaspal. Pravdu zistil až môj syn, ktorý zavolał sanitku a vybavil všetko potrebné.

Hoci vzťah tohto muža s mojím manželom a ostatnými dospelými bol, takpovediac, zložitý, jeho vnuci ho zbožňovali. Obidve moje deti za ním veľmi trúchlili a s nimi aj môj manžel, aj keď v ňom sa očividne miešali viaceré emócie. Celou mojou rodinou teda striedavo zmietal smútok a hnev a ja som bola najbližším

a najbezpečnejším cieľom, na ktorom svoju bolesť mohli vyventilovať. Bála som sa emocionálneho a duchovného kolapsu. Bola som vyčerpaná utešovaním, ktoré sa striedalo s chvíľami, keď som musela bez slova prijímať provokácie zo všetkých strán. Bála som sa, že urobím niečo necitlivé alebo škodlivé.

Deň po jeho pohrebe dostal masívny srdcový infarkt môj nevlastný otec. Mám s ním otcovský vzťah a je najlepším priateľom môjho muža (podľa jeho slov). Strach našej rodiny na nás akoby ceril zuby z jamy a ako Tolkienov Balrog šľahal bičom všade vôkol nás. Visel nad nami tieň smrti. Počas cesty k rodičom do iného štátu som sa dozvedela, že zomrela moja babička.

Deň po jej pohrebe, niekto napadol môjho syna. Nemohla som tomu uveriť. Čo sa to *deje*?

Mala som pocit, akoby som stála v oku tornáda, v ktorom okolo mňa jednostaj lieta (pri spomínanej manželskej hádke niektoré veci lietali doslova) skuvíňajúci víchor po sebe idúcich problémov. Predstavovala som si, ako stojím v strede toho tornáda, lomcuje mnou vietor a ja s rukami vystretými nahor k Bohu stále dookola opakujem: „Ježišu, dôverujem v teba.“

Spomínam si, že keď sa neskôr do celej tejto zložitej situácie zapojila ešte aj moja hlavná chyba,¹ pýtala som sa Boha: „Čo do *pekla* sa to *deje*?“ A práve vtedy som to pochopila. Šla som rovno na spoveď a na svätú omšu, aby som nabrala ďalšiu silu a svetlo. Môj duchovný vodca vtedy potvrdil moje podozrenie: za všetkými týmito udalosťami musí byť aj niečo duchovné.

1 Pod hlavnou chybou rozumieme prevládajúci hriech, nesprávny model správania, ktorý je úzko prepojený s osobnosťou a povahou a ktorý ovplyvňuje všetky naše duchovné, rozumové, emocionálne, ba aj fyzické schopnosti. Pozri Sonja Corbitt: *Bohom vyslobodená: Ako prijať všetko, čo ti Duch Svätý chce dať*. Zachej.sk, 2017, s. 69.

Predtým, než som sa stala katolíčkou, som zvykla strach, konflikty alebo ťažké okolnosti automaticky považovať za útoky od diabla. Začala som si paranoicky namýšľať, že číha za každým rohom. Veľmi veľa času som trávila tým, že som ho „karhala v mene Ježiša“, no nepríjemné veci sa mi stávali aj napriek tomu. Cítila som sa hlúpo, pretože som si uvedomila, že všetko to moje brblanie bolo skôr úbohým pokusom získať trochu pocitu kontroly a moci, než ozajstným karhaním so skutočnou autoritou a mocou.

Nepriateľ stále túži nájsť naše najslabšie miesta a využiť ich. V tom zmysle je naozaj stále prítomný. Ale aj paranoja a fascinácia špiritizmom je pokušením. Je pascou, do ktorej sa môžeme chytiť. Paranoja nás môže ochromiť strachom – zvlášť, keď mnohé zlé skutočnosti okolo nás spôsobuje osobný hriech a psychické poruchy. Napodiv, práve to, že som v Cirkvi objavila dejiny duchovného boja a mnohé starobylé pohľady naň, ma nielen absolútne utvrdilo v presvedčení o existencii a nebezpečenstve duchovného nepriateľa, ale pomohlo mi aj zmierniť moju paranoju a stať sa v tomto boji rozhodnejšou a odhodlanejšou.

Pokúšenia môjho mimoriadne rušného týždňa prišli prostredníctvom ľudí – môjho manžela, detí, prostredníctvom môjho strachu a vlastných myšlienok, ako aj prostredníctvom bývalej známosti. No podarilo sa mi nevybíjať si hnev na ďalších ľuďoch a ani tieto provokácie nebrať osobne. Ako sa mi to podarilo?

Počas tohto rušného týždňa ma držalo absolútne pevné presvedčenie, že som pokúšaná. Bola som pokúšaná k hriechu perí, k hriechu pažravosti, ktorým som chcela „vyriešiť“ svoje problémy, k hriechu netrepezlivosti a pocitom znechutenia, k hriechu rebélie, strachu a emocionálnej nevernosti voči svojmu manželovi.

No *predovšetkým* som si uvedomila (a môj duchovný vodca mi to potvrdil), že som systematicky vyčerpávaná – duchovne, mentálne, emocionálne aj fyzicky. Cieľom bolo, aby som sa stala zraniteľnejšou a náchylnejšou na úplnú rezignáciu – či už zo strachu, znechutenia alebo rozptýlenia – a aby som úplne upustila od svojich plánov písať a prednášať svoje prednášky o duchovnom boji, ktoré som mala mať o týždeň.

Nebojáena... si pripravená?

Väčšinou keď sa spomenie duchovný boj, v ľuďoch to evokuje myšlienky na strašidelnejšie a možno senzačnejšie aspekty toho, čo sa obvykle považuje za ríšu zla: exorcizmus, čarodejníctvo, satanizmus, seansy, démonické pripútanie, útlak, posadnutie a podobne. Cirkev je plná dvetisícročnej múdrosti, náuky a prostriedkov, ktorými reaguje na tieto najvážnejšie stupne duchovného boja, ktorý sa nazýva aj *mimoriadnou* démonickou aktivitou. Tieto témy preto ponechávam na teológov Cirkvi a jej vysvätených služobníkov.

My sa budeme zaoberať v istom zmysle ešte fantastickjšími prejavmi zla, väčšinou však v kontexte *riadnej* démonickej aktivity: typickým duchovným bojom, s ktorým sa všetci stretávame v zákopoch našich kúpeľní, pri handrkujúcich sa deťoch, podráždených manželoch a manželkách, šialených rozvrhoch a zdrvujúcim množstve práce. Tieto skutočnosti sú často o to nebezpečnejšie, o čo neškodnejšie vyzerajú. Ak ste sa teda báli, že by vás téma duchovného boja mohla vystrašiť, myslím, že teraz sa už nemáte čoho báť.

Tieto praktické témy sa zatiaľ veľmi nerozoberali, hoci nám o nich hovorí Písmo aj poslední traja pápeži: „Život človeka na zemi je boj,“ hovorí pápež František.² Ján Pavol II. to potvrdzuje slovami: „Duchovný boj je ďalším prvkom života, ktorý treba dnešným kresťanom predkladať a nanovo ich o ňom vyučovať. Je to tajomné a vnútorné umenie, neviditeľný zápas, v ktorom sa ocitáme každý deň v boji proti pokušeniam, zlým ponukám, ktoré chce diabol vložiť do [nášho] srdca.“³

Satana a démonov možno spájať so všetkými katastrofami a biedami ľudského života prinajmenšom do tej miery, do akej sú spojené s hriechom. Písmo však jasne dosvedčuje, že diabla moc spočíva predovšetkým v jeho mimoriadnej schopnosti ukrývať sa a klamať.

Znie vám to desivo? Nemusí. Sľubujem, že vám v nasledujúcich kapitolách aj ukážem prečo. Vlastne si už dopredu mädlím ruky! Verím, že tieto biblické princípy budú patriť medzi tie najprekvapivejšie a najdôležitejšie skutočnosti, aké sa vo vašom duchovnom živote naučíte – a aké si budete z času na čas opakovať.

Budeme spoločne naplňať svoju myseľ i svoje srdce mocou pravdy, aby sme tak mohli diablovým pokušeniam čeliť od samého začiatku – čiže skôr než sa v nás natrvalo usadia a začnú spôsobovať škody: „Ak ostanete v mojom slove... poznáte pravdu a pravda vás vyslobodí“ (Jn 8, 31 – 32) od hriechu, úzkosti a stra-

2 Jorge Bergoglio, Abraham Skorka: *O nebi a zemi: Pápež František o viere, rodine a Cirkvi v 21. storočí*. Kumrán, 2013.

3 Svätý Ján Pavol II.: *Apoštolská návšteva jeho svätosti Jána Palva II. v Azerbajdžane a Bulharsku: Pút do Svätého kláštora v Rile*. Svätá stolica, 25. mája 2002. Dostupné online 21. septembra 2016 na: http://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/en/speeches/2002/may/documents/hf_jp-ii_spe_20020525_rila-bulgaria.html.

chu. Porozprávam vám všetko, čo som sa naučila v Písme o nasledovaní Boha na ceste od strachu k láske, a prepojím to s našou katolíckou Tradíciou, aby ste aj vy – ak budete chcieť – mohli takpovediac cestovať s týmto kompasom.

V prvej časti sa naučíme taktiky a stratégie, ktoré nám pomôžu premôcť démonov. Najskôr budeme musieť spoznať a uznať, uprostred akého boja sa nachádzame, a nájsť koreň nášho strachu, depresie a úzkosti. Budeme skúmať, ako nám Biblia zvyčajne predstavuje zlo a čo o ňom hovorí, pretože chceme zistiť, akými spôsobmi na nás zlo útočí a spôsobuje v nás strach, úzkosť a depresiu. Nevyhnutne budeme všetko preberať lineárne, čiže jedno po druhom, no budeme tieto jednotlivé témy a prístupy aj prepájať. Koniec koncov, tak sa to deje aj v reálnom živote a občas aj niekoľkokrát za deň. Bude teda užitočné, ak si určité časti knihy prečítate aj viackrát.

Potom začneme odhaľovať zlo na mieste, kde nám ho ukazuje aj Biblia: na počiatku všetkých počiatkov. Budeme sa zaoberať vyváženosťou a krásou Božieho plánu, pretože bez jasného pohľadu na dokonalosť nemôžeme pochopiť zlo hriechu, sme náchylné zžiť sa s ním a vysvetliť ho iným spôsobom. Preskúmame aj územie, na ktorom sa začínajú aj končia duchové bitky: myseľ. Budeme objavovať praktické stratégie, ako spoznať a odolať pokušeniu hneď na začiatku a ako celým srdcom spolupracovať s Bohom na opätovnom usporiadaní všetkých vecí, ktoré sa dostali do neporiadku v dôsledku nášho alebo cudzieho hriechu. Budeme uvažovať nad Božím návodom na obnovu a budeme sa snažiť ho aplikovať na seba samé.

Potom sa pustíme do spoznávania iného démonického útoku. Tento prichádza zvyčajne v období po zbavení sa hriechu: je to útok na dôstojnosť, pri ktorom chce do nás nepriateľ zasiať strach, úzkosť a depresiu. Pozrieme sa na niektoré biblické označenia a opisy satana a budeme skúmať, čo nám tieto opisy prezrádzajú o jeho povahe. Vďaka menám, ktoré diabol dostáva v Písme, sa dozvieme o jeho motívoch a prekvapivých obmedzeniach. Preskúmame svoje pocity menejcennosti a iné hlboké a osobné lži, ktorým veríme a ktoré nás zotročujú strachom. No, čo je ešte dôležitejšie, budeme žasnúť nad zázrakom toho, že „žijeme, hýbeme sa a sme“ v nežnom náručí Lásky (Sk 17, 28).

Ďalej preskúmame, čo v skutočnosti podľa Písma tvorí „zlo“. Pomôžeme si pritom najmä štúdiom tretej a štvrtej kapitoly *Listu Hebrejom*, ako aj putovania synov Izraela po púšti a ťažkostí, s ktorými sa tam stretli. Ich skúsenosť prepojíme so svojimi vlastnými ekonomickými, náboženskými a politickými obavami o budúcnosť. Tak Písmo, ako aj cirkevní Otcovia a mystici nám totiž vysvetľujú, ako a prečo „všetko bude dobré a všemožné veci budú dobré“.⁴ Strach bude navždy premožený láskou. Láska víťazí.

V druhej časti sa začneme učiť, ako bezvýhradne milovať. Podrobne preberieme každý „kúsok“ Božej výzbroje, ktorú nám dáva, aby nás ochránil pred strachom, úzkosťou a depresiou. Budeme sa zaoberať aj tým, ako nám modlitby svätých pomáhajú pri našom putovaní. Zostavíme užitočný zoznam pomôcok pre boj so strachom, úzkosťou a depresiou.

Keď však niekto chce čo možno najjasnejšie pochopiť nejakú skutočnosť, musí sa pozrieť aj na jej opak. Prostredníctvom troch

4 Svätá Juliana z Norwichu: *Revelation of Love (Zjavenie lásky)*. Image Books, 1996, s. 55.

malých obrazov budeme teda kontemplovať o koexistencii zla a svätosti vo svete a o paradoxe hriechu a milosti v Božom ľude.

Napokon sa pozrieme na to, ako satan hľadá Ježiša, stretáva sa s ním a pokúša ho na púšti. Zistíme, čo Ježiš vedel o úplnom spočívaní v Božej добрote a láske a zistíme, ako konkrétne možno žiť a bezvýhradne milovať.

Urobme nasledujúce

Či už čítaš túto knihu sama alebo si súčasťou nejakej skupinky, jej prístup je podobný ako pri mojej predošlej knihe *Bohom vyslobodená*. Predsa sa však tieto rozjímavé štúdié môžu odlišovať od formátu v štýle „doplň na prázdne miesto“, s akým ste sa stretli predtým.

Verím, že pri objavovaní Biblie, pri hostine Božieho slova, je miesto pre každého z nás. Táto kniha je plná Písma *aj* exegézy, takže je vhodná pre jednotlivcov *aj* pre skupiny. Predsa som však – z úcty k vášmu času – niečo zostručnila. Základom tejto knihy sú boje, s ktorými sa vo svojom živote boríme všetci. Nie som si istá, či poznáme dôležitejšiu a zároveň možno i desivejšiu tému našich čias, než je duchovný boj proti depresii, úzkosti a strachu. Zároveň však dúfam, že štúdium Písma so mnou nebude pre vás také strašné ako špenát, ale vám, naopak, zachutí ako zákusok.

Taktiež môžete zväziť, či si budete poznámky značiť priamo do knihy, alebo si založíte nejaký denník. Ešte dôležitejšie však bude čítať túto knihu s Bibliou⁵ nablízku. Ak vám to neprekáža, môžete

5 Pri čítaní a štúdiu Biblie niekedy pomáha porovnanie viacerých verzií. Rôzne preklady daného verša nám totiž môžu pomôcť lepšie pochopiť jeho význam. Ak nebude uvedené niečo iné, v slovenskom preklade tejto knihy budeme citovať katolícky preklad Svätého písma (Spolok svätého Vojtecha).

si do nej podčiarkovať alebo zvýrazňovať verše, ktoré vás oslovia. Tieto verše budú odteraz dôležitými zbraňami vo vašom osobnom arzenáli a budete ich potrebovať mať poruke. Bolo by dobré, keby ste používali aj *Katechizmus Katolíckej cirkvi* (zvlášť, ak čítate ako skupina), pretože aj z neho budem pomerne často citovať.

Každá kapitola bude obsahovať nasledujúce časti:

- Opakovanie: „Opakovanie je matka múdrosti“ ako sa hovorí, a tak si budeme zakaždým nejaký čas opakovať to, čo sme sa naučili v predchádzajúcej kapitole.
- Pozvanie: V tejto časti sa budeme snažiť aplikovať Písmo a danú kapitolu knihy na svoj vlastný život.
- Boží impulz: Ponúknem vám konkrétne spôsoby, ako sa osobne a priamo stretnúť s Bohom.

Časti Pozvanie a Boží impulz v tejto knihe sú vytvorené pre jednotlivcov, ale aj skupiny. Manuál pre vedúcu skupinky nájdete v zadnej časti knihy. Môžete ho použiť vo svojom spoločenstve alebo biblickej skupinke.

Písmo prisľubuje, že môžeme bezvýhradne milovať a žiť *bez strachu* ako Božie deti. Porozprávam vám o metódach, ktoré satan používa na to, aby nás udržal v otroctve hriechu, sebe samému, lenivosti a egu, čiže diablovej. Objavila som ich v Písme – pri svojom vlastnom zápase, prostredníctvom ktorého som sa prebojovala od strachu k láske. Veď „v láske niet strachu, a dokonalá láska vyháňa strach“ (1 Jn 4, 18).

Tak teda začnime. Podajte mi ruku. Skutočnosti, o ktorých budete teraz čítať, sú tie najdôležitejšie, aké vám dokážem povedať

o strachu, úzkosti a depresii. Spoločne sa pozrieme priamo do očí tomu, čoho sa bojíme, a naučíme sa bezvýhradne milovať.

Úvodné skupinové otázky

- Aké boli tvoje dojmy pri prezeraní titulku a obálky knihy?
Čo si myslíš o duchovnom boji? Ako bojuješ so strachom?
- Po tom, čo si spoločne prečítate úvod, v duchu popremýšľajte alebo nahlas diskutujte ako skupina o nasledujúcich otázkach.
Čo si chceš vziať z tohto štúdia? Čo chceš, aby Duch Svätý vykonal v tvojom živote?
- Ak si si priniesla Písmo, chvíľku v ňom teraz zalistuj.
Keď sa spätne pozrieš na svoj život, akým jedným slovom by sa dal vyjadriť tvoj vzťah s Písmom?
- Čo, ak vôbec niečo, ti najviac prekáža na Biblii?
Čo ti je na nej nepríjemné? Dúfaš alebo predpokladáš, že sa počas čítania tvoj vzťah k Písmu zmení? Ak áno, tak ako?
- Pomodlite sa spoločne na záver *Otče náš, Zdravas' Mária a Sláva Otcu.*

Prvá část

*Poraz svojich
démonov*