

# Audzināt sirdi

Jūtas veidojas īpašā veidā bērnībā. Mīlēt mācāmies kopš bērnības, un, kā tiek uzsvērts šajā rakstā par ģimeni, pirmie mūsu skolotāji ir vecāki.

7.01.2014

Audzināšana ir vecāku tiesības un pienākums, kas savā ziņā pagarina paaudzi. Var teikt, ka bērns, kā persona, ir primārais mērķis, uz kuru tiecas sievas un vīra mīlestība Dievā. Audzināšana tādējādi ir kā turpinājums mīlestībai, kas ir ienesusi dzīvē bērnu, kur vecāki

cenšas dot līdzekļus, lai bērns varētu būt laimīgs, spējīgs saprast savu vietu pasaulē ar cilvēcīgu un pārdabisku žēlastību.

Kristīgi vecāki redz katrā bērņā Dieva uzticības piemēru, un tos labi audzināt – kā teica Svētais Hosemarija – ***ir labākais darījums***; darījums, kas sākas ieņemšanas brīdī un sper savus pirmos soļus jūtu audzināšanā, emocionalitātē. Ja vecāki mīl un redz bērņā sava devuma piepildījumu, viņi to mācīs mīlestībā un lai viņš mīlētu; citiem vārdiem sakot, vecākiem pirmkārt ir jāaudzina bērņū emocionalitāte, jānormalizē viņū emocijas, jāpanāk, ka viņū bērņi būtu mierīgi.

Jūtas veidojas īpašā veidā bērņības laikā. Vēlāk pusaudžu gados var izveidoties emocionālas krīzes, un vecākiem ir jāsadarbojas, lai bērņi tās varētu atrisināt. Ja kopš bērņības viņi ir audzināti par mierīgiem,

stabiliem, viņi vieglāk pārvarēs šos grūtos brīžus. Bez tam, emocionālais līdzsvars veicina prāta un gribas paradumu pieaugumu; bez emocionālās harmonijas ir daudz grūtāk sasniegt gara attīstību.

Loģiski, ļoti nepieciešams priekšnoteikums, lai veidotu labu jūtu un emocionālo bāzi bērniem, ir pašu vecāku emocionālās stabilitātes attīstīšana. Kā? Uzlabojot ģimenes sadzīvošanu, rūpējoties par tās savienību, rādot – ar apdomību – savu savstarpējo mīlestību bērnu priekšā. Tomēr reizēm sliecamies domāt, ka emocijas vai jūtas pārņem ģimenes audzināšanas vidi. Varbūt tāpēc, ka šķiet, ka tas ir kaut kas, kas *notiek*, ka vairs to nekontrolējam un nevaram mainīt. Bez tam nonākam līdz tam, ka to redzam no negatīvas perspektīvas. Grēks rada nesakārtotas kaislības, un tās traucē rīkoties racionāli.

## PAR PERSONĪBAS RAŠANOS

Šī pasīvā vai pat negatīvā rīcība ir klātesoša daudzās reliģijās un morālajās tradīcijās. Tā stipri kontrastē ar Dieva vārdiem, kurus Viņš teica pravietim Ecēhiēlam: **tad Es tiem došu citu sirdi un jaunu garu, Es izņemšu viņiem no krūtīm akmens sirdi un iedošu tiem sirdi no miesas, lai tie staigā pēc Maniem likumiem, ievēro Manus baušļus un tos pild.** Saņemot citu sirdi, sirdi, kas ir spējīga mīlēt, tiek parādīta kā radīta realitāte, lai sekotu dievišķajai gribai. Nekārtīgas kaisles nav tik daudz sirds *pārpilnības* auglis, bet gan *sliktas* sirds sekas, kas ir jādziedina. To apstiprināja Jēzus Kristus: **Labs cilvēks no savas labās sirds krājuma izdod labu, un ļauns cilvēks no savas ļaunās sirds krājumiem izdod ļaunu. Jo no sirds pārpilnības mute runā [2].** Viss tāds

ļunums iziet no iekšienes un apgāna cilvēku [3], bet arī viss labais.

Cilvēkam ir vajadzīga pieķeršanās, tas ir spēcīgs dzinējspēks darbībai. Katrs tiecās uz to, kas viņam patīk un audzināšana palīdz, lai tas sakristu ar labo, kas ir cilvēkā. Vajadzētu izturēties cēli un aizrautīgi. Kas ir dabiskāks par mātes mīlestību uz savu bērnu? Un, kā šī mīlestība pamudina uz tik daudz upuriem, kas tiek veikti ar prieku! Un, ja realitāte kaut kādu iemeslu dēļ ir nepatīkama, cik gan daudz vieglāk ir no tās aizbēgt! Kādā noteiktā brīdī sliktas darbības „neglītuma” apzināšanās var būt spēcīgāks motīvs, lai to nepieļautu, nekā tūkstošs pārdomu.

Acīmredzami, to nedrīkst sajaukt ar sentimentālu morāles redzējumu. Netiek runāts par to, ka ētiskajā dzīvē un derībā ar Dievu būtu jāatmet jūtas. Kā vienmēr, Kristus modelis – Viņā, perfektā Cilvēkā,

redzam, kā kaisles un emocijas savienojas ar pareizu darbību – Jēzus jūt līdzī nāves realitātes priekšā un veic brīnumus. Ģetzemanē atrodam lūgšanas spēku, kas izsauc visdzīvākās emocijas. Viņu pārņem arī dusmu emocijas – šajā gadījumā labas – kad Viņš atjauno Tempļa godu [4]. Kad vēlamies kaut ko no sirds, ir normāli, ka cilvēks paliek emocionāls. Pretēji, nav patīkami skatīties, kad kāds veic kādas lietas bez aizrautības, neieliekot sirdi tajā. Bet tas nenozīmē atmest emocijas. Pirmkārt, tas ir darīt lietas ar galvu, jūtas dod prātam sirsnību, tās labo padara patīkamu, prāts, savukārt, dod gaismu, harmoniju un vienotību ar jūtām.

**VEICINĀT SIRDS ŠĶĪSTĪBU** Cilvēka uzbūvē, kaislību mērķis ir palīdzēt veikt brīvprātīgu darbību nevis to samazināt vai padarīt grūtāku. „Morālā pilnība ir tajā, ka cilvēku nemudina darīt labu tikai griba, bet

arī viņa jūtas, kā ir rakstīts šajos psalmu vārdos: „mana sirds un mana miesa skaļi gavilē pretī dzīvajam Dievam” (84. psalms,3). Tāpēc nav labi gribēt apspiest vai „kontrolēt” kaislības, it kā tās būtu kaut kas slikts vai noraidāms. Lai arī pirmgrēks ir tās sajaucis, tās nav padarītas par pretdabiskām vai absolūti un nelabojami sabojātām. Emocijas būtu jāvada pozitīvā veidā, vedot tās uz patiesiem labumiem: Dievu un mīlestību uz citiem. Tādējādi audzinātājiem, pirmkārt, vecākiem, ir jācenšas, ka audzināmajam pēc iespējas izbaudītu prieku darot labu.

Lai izglītotu emocionalitāti ir nepieciešams, pirmkārt, palīdzēt bērniem, lai tie pazītu un *justu* realitāti, kas ir atmodinājusi viņu jūtīgumu, atbilstošā veidā. Ir runa par palīdzību pārvarēt, pārspēt tās emocijas un redzēt tiešo cēloni, kas tās izraisīja.

Iespējams, šo pārdomu rezultāts pozitīvi ietekmēs mēģinājumu mainīt šādu cēloni, citos gadījumos – mīlotā cilvēka nāve vai nopietna slimība, realitāte, kuru nevar mainīt, ir brīdis, lai mācītu pieņemt notikumus kā nākušus no Dieva rokas, kas mīl mūs kā Tēvs savu dēlu.

Citreiz dusmu dēļ, baiļu vai nepatikas iespaidā, tēvs vai māte var runāt ar bērniem, lai palīdzētu viņiem saprast, cik vien iespējams, jūtu iemeslu, lai viņi varētu to pārvarēt; tā, lai labāk pazītu sevis pašus un būtu spējīgāki ielikt emociju pasauli savā vietā.

Bez tam, audzinātāji par sagatavot bērnu vai jaunieci, lai atpazīst noteiktas jūtas – sevī pašos un citos. Ar literāru vai kino stāstu palīdzību var iemācīties atbildēt uz cilvēka noteiktām jūtām, kas sadarbojas veidojot cilvēka emocionālo pasauli. Stāsts prasa tam, kas to skatās, lasa



vai klausās un veicina jūtas noteiktā virzienā un pieradina redzēt realitāti noteiktā veidā. Atkarībā no vecuma – šajā ziņā, jo mazāks ir bērns, tā ietekme varētu būt lielāka.

Piedzīvojumu stāsts, vai arī romantisks stāsts var palīdzēt nostiprināt atbilstošās situācijās adekvātas jūtas – sašutumu par netaisnību, līdzjūtību pret bezpalīdzīgajiem, upurēšanās apbrīnu, mīlestību uz skaistumu. Tie stiprinās arī vēlmi iegūt šīs jūtas, tāpēc, ka tās ir skaistas, pilnības un cēluma avoti.

Pareizi ievirzīta interese par labiem stāstiem arī māca pamazām estētisko patiku un spēju izšķirt to, kam ir kvalitāte. Tas stiprina kritisko jūtīgumu, un tas ir efektīvs līdzeklis, kas palīdz novērst cilvēciskuma trūkumu, kas reizēm pārtop bezgaumībā un nolaidībā. Īpaši tā saucamajās pirmajās pasaules valstīs, ir radies „spontanitātes” un

„dabiskuma” uzskats, kas noved pie pieklājības trūkuma. Kas pierod pie šādas vides, atkarībā no vecuma, samazina savu pašu jūtīgumu un cilvēciskumu. Vecākiem ir jārunā par vulgaritātes noraidīšanu, arī tad, kad netiek runāts par jautājumiem tieši par jūtām.

Bez tam, der atgādināt, ka jūtu izglītība netiek identificēta ar seksualitātes izglītību: tā ir tikai emociju lauka viena daļa. Bet, protams, kad ir sasniegta uzticības gaisotne ģimenē, būs daudz vieglāk vecākiem runāt ar bērniem par cilvēciskās mīlestības lielumu un nozīmi, un tas viņiem dos pamazām kopš mazotnes resursus tikumu un jūtu izglītībā, lai atbilstoši orientētos šajā dzīves jomā.

## **SIRDS PĒC KRISTUS**

**PARAUGA** Rezultātā, emocionālā audzināšana nodarbojas ar lielas sirds veidošanu bērnos, kas patiesi ir

spējīga mīlēt Dievu un cilvēkus, spējīga **sajust apkārt esošo rūpes, prast piedot un saprast: kopā ar Jēzu Kristu upurēt sevi par visām dvēselēm** [6]. Miera atmosfēra dod pārlicību un stabilitāti visam jūtu pasaules kompleksam. Ja bērni redz, ka viņus mīl bez noteikumiem, ja novērtē, ka labi uzvesties ir prieka avots vecākiem, un ka viņu kļūdas nenoved pie tā, ka viņiem zūd uzticēšanās, ja tas viņiem veicina atklātību un emociju parādīšanu... Tad viņi aug iekšējās kārtības un klusuma gaisotnē, kur pārsvaru ņem pozitīvās jūtas (sapratne, prieks, uzticēšanās), turpretī, ja tiek atņemts miers (dusmas, strīdi, greizsirdība) tad tas tiek uztverts kā ielūgums konkrētām darbībām tādām, kā piedot, vai izrādīt kādu mīlestības žestu.

Trūkst siržu, kas būtu iemīlējušās lietās, kam patiešām ir nozīme, iemīlējušās pāri visam Dievā [7].

Nekas nepalīdz vairāk nobriest jūtām, kā ielikt sirdi Kungā un viņa gribas izpildīšanā: tāpēc, kā mācīja Sv. Hosemarija, **sirds ir jāliek aiz septiņām atslēgām, katra vienam galvenajam grēkam**[8]: jo katrā sirdī ir jūtas, kas ir jādod tikai Dievam, un apziņa zaudē mieru, kad tās tiek novirzītas citām lietām. Īsta dvēseles šķīstībai ir jāiziet caur durvju aizvēršanai uz to, kas pamudina dod radībām vai pašam to, kas pieder Kristum; „jānodrošina”, ka personas spēja mīlēt un rūpēties ir noteikta, nevis nesakarīga. Tādēļ septiņu atslēgu attēls pārsniedz iekāru savaldīšanu, vai raizes par materiālajiem labumiem un mums atgādina, ka ir nepieciešams cīnīties pret iedomību, kontrolēt iztēli, attīrīt atmiņu, savaldīt ēstgribu maltītēs, veicināt draudzīgu attieksmi pret tiem, kas mūs kaitina... Paradokss ir tajā, ka tad, kad sirdij tiek uzlikta „važas”, palielinās tās brīvība mīlēt

ar visiem tās nemainīgajiem spēkiem.

Kunga Svētā cilvēcība ir tīgelis, kurā var attīrīt sirdi un tās jūtas. Iemācīt bērniem kopš mazotnes attiekties pret Jēzu un viņa Māti ar tādu pašu sirdi un pieķeršanās izrādīšanu kā pret saviem vecākiem uz zemes, veicina to, ka ar vecumu, viņi atklāj savu patieso jūtu cildenumu un ka Kungs ienāk viņu dvēselēs. Sirds, kas saglabā savu integritāti Dievam, viņš ir vesels un spēj dot sevi pilnībā.

No šāda viedokļa raugoties, sirds kļūst par simbolu dziļai antropoloģiskajai bagātībai: tā ir personas centrs, vieta, kur saplūst cilvēka visintīmākās un attīstītākās spējas, un no kurienes cilvēks ņem enerģiju rīkoties. Tas ir motors, ko ir jāizglīto – par to jā rūpējas, jānoregulē, lai ieliktu visu savu potenciālu pareizajā virzienā. Lai varētu mīlēt un mācīt mīlēt ar šādu

spēku, ir nepieciešams, ka **katram no mums ir jāizravē no savas dzīves viss, kas traucē Kristus dzīvei mūsos: pieķeršanās savām ērtībām, egoisma kārdinājumi, tieksme spīdēt. Tikai atkārtojot sevī Kristus dzīvi, mēs varēsīm to nodot tālāk citiem**[9]. Ar žēlastību un personīgo cīņu, dvēsele pakāpeniski dievišķojas un sirds kļūst augstsirdīga, kas spēj veltīt savus labākos centienus, īstenojot cēlu un lielu mērķu realizāciju, kas tiek uztverta kā Dieva griba.

Dažkārt vecais cilvēks centīsies atgūt savas zaudētās tiesības, bet emocionālais briedums –briedums, kas ir neatkarīgs no vecuma, liek cilvēkam skatīties tālāk par savām kaislībām, lai atklātu, kas tās ir izraisījis, un kā būtu jāreaģē uz šo realitāti. Un vienmēr viņš rēķināsies ar patvērumu, ko tam piedāvā Kungs un Viņa Māte. **Pierodi ielikt savu nabaga sirdi Saldajā un**

***Bezvainīgās Marijas Sirdī, lai varētu to attīrīt no tik daudz izdedžiem, un to aizvestu pie Vissvētākās un Žēlsirdīgās Jēzus Sirds [10].***

*H. M. Martins, H.*

*Verdija -----*

[1] *Ez 11:19-20*

[2] *Lūkasa 6:45*

[3] *Marka 7:20-22*

[4] *Marka 5:40-43, 14: 32ss,11:15-17*

[5] *Katoliskās baznīcas katehisms, n. 1770.*

[6] *Sv. Hosemarija, Kad Kristus iet garām, n. 158.*

[7] *Sv. Hosemarija, Vaga, n. 795.*

[8] *Sv. Hosemarija, Tertulia en La Lloma (Valensija), 7-I-1975, en P. Rodrigues (ed.),Ceļš. Kritiski-*

vēsturiskais izdevums, Rialp,  
Madride 2004, 384.lpp.; Sv.  
Hosemarija, Ceļš, n. 188.

[9]Sv. *Hosemarija, Kad Kristus iet  
garām*, n. 158.

[10]Sv. *Hosemarija, Vaga*, n. 830.

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
lv-lv/article/audzinat-sirdi/](https://opusdei.org/lv-lv/article/audzinat-sirdi/) (3.03.2026)