

Pravilna ljubezen do samega sebe

Še en članek o izgradnji posameznikove osebnosti. Tokrat je tema o spoznavanju samega sebe s krepostmi in pomanjkljivostmi, kar je potrebno za to, da bi bili srečni.

26. Feb. 2016

Niso [vas] odkupile minljive reči, srebro ali zlato, ampak dragocena kri Kristusa. [1] Sveti Peter spominja prve kristjane, da ima njihovo življenje neizmerljivo vrednost, saj so bili deležni obilne ljubezni

Gospoda, ki jih je odrešil. Z darom božjega otroštva daje Kristus gotovost našim korakom na zemlji. Takole spontano je to povedal sv. Jožefmarija nekemu študentu:

“Gospod,” mi je rekel tisti fant (le kaj neki je z njim?), (...) “razmišljal sem o tem, kar ste rekli ... da sem božji otrok! In zalotil sem se na ulici, z dvignjeno glavo in napuhom v duši ... božji otrok!” Mirne vesti sem mu svetoval, naj goji svoj “napuh”.[2]

Spoznati našo veličino

Kako naj razumemo to, da naj bi spodbujali **svoj “napuh”**? Zagotovo ne gre za to, da bi si domišljali kreposti, ki jih nimamo, niti da bi živeli v duhu samozadostnosti, ki človeka prej ali kasneje pusti na cedilu. Bolj gre za to, da spoznamo veličino svojega položaja: človeško bitje je »na zemlji edina stvar, katero je Bog hotel zaradi nje same«[3];

človek je ustvarjen po njegovi podobi in sličnosti ter je poklican, da to podobo razvije do polnosti, tako da se vedno bolj istoveti s Kristusom po delovanju milosti.

Ta vzvišena poklicanost predstavlja temelj človekove ljubezni do samega sebe, ki je del krščanske vere. V luči te vere lahko presojamo svoje dosežke in polome. Vedro sprejemanje lastne identitete vpliva na naš način bivanja in delovanja v svetu. Poleg tega pa krepi osebno gotovost, ki odvrča strahove, prenagljenost in boječnost, omogoča odprtost do drugih ljudi in do novih situacij, ter spodbuja optimizem in veselje.

Pozitivno ali negativno mnenje o samem sebi je odvisno od samospoznanja in od izpolnjevanja ciljev, ki si jih vsakdo zastavlja. Le-ti v veliki meri izhajajo iz vzorov moškega ali ženske, h katerim

stremimo in o katerih si ustvarjamo določeno predstavo na zelo različne načine, na primer, preko vzgoje, ki smo je bili deležni doma, preko komentarjev s strani prijateljev in znancev, z idejami, ki prevladujejo v določenem družbenem okolju. Zato se je pomembno odločiti, kateri naj bodo naši zgledi in ideali, kajti če so visoki in plemeniti, bodo ustrezno prispevali k dobri samopodobi. Dobro je tudi ugotoviti, kateri vzori so del naše kulture, saj bolj ali manj zavedno vplivajo na to, kako ocenjujemo sami sebe.

Kateri so naši vzorniki?

Včasih se zgodi, da si oblikujemo popačeno sodbo o samem sebi, ko sprejmemo določena merila uspeha, ki so dejansko lahko precej nerealna ali celo škodljiva: poklicni uspeh za vsako ceno, egocentrični čustveni odnosi, s hedonizmom zaznamovan slog življenja. Ob kakšnem uspehu, ki

se nam zdi priznan s strani drugih ljudi, se lahko precenimo. Lahko pa se nam zgodi tudi nasprotno, da se podcenjujemo, ker nismo dosegli določenih ciljev oziroma se ne čutimo cenjeni v določenem okolju. Takšno zmotno ocenjevanje je v veliki meri posledica premočnega zgledovanja po ljudeh, ki osebni razvoj merijo zgolj po tem, kar dosežejo, imajo ali posedujejo.

Da bi se izognili omenjenim tveganjem se velja vprašati, kateri so naši vzori v poklicnem, družinskem, družbenem življenju, in ali so združljivi s krščanskim gledanjem na življenje. Razen tega vemo, da je navsezadnje najbolj popoln, dovršen in v celoti dosleden zgled Jezus Kristus. Če na svoje življenje gledamo v luči njegovega, je to najboljši način za samoocenjevanje, saj vemo, da je Jezus zgled, ki nam je blizu, s katerim imamo osebni odnos — odnos med “jaz” in “Ti” — preko ljubezni.

Samospoznanje: v božji luči

Da bi mogli v resnici soditi o sebi, se neizogibno moramo poznati. Ta naloga je zapletena in zahteva urjenje, ki se v nekem smislu nikoli ne konča. Začne se s premagovanjem izključno subjektivnega pogleda — “jaz mislim”, “po mojem mnenju”, “meni se zdi” ... —, tako da se lahko upošteva tudi mnenje drugih. Če sami niti ne vemo natančno, kakšen je naš glas ali zunanji videz, in si moramo zato pomagati s pripomočki, kot je snemanje ali ogledalo, potem je še toliko bolj nujno treba priznati, da nismo najboljši sodniki za ocenjevanje svoje lastne osebnosti!

Poleg osebne refleksije je poznavanje samega sebe tudi rezultat tega, kar nam drugi razodenejo o nas. To dosežemo takrat, ko se znamo odpreti tistim, ki nam lahko pomagajo — kako velika pomoč je duhovno vodstvo! —, tako da

upoštevamo njihovo mnenje in gledamo nanj v povezavi z idealom dobrega življenja. Tudi na tem področju je občuten vpliv medsebojnih stikov z ljudmi okoli nas, mode in navad v družbi. Okolje, ki spodbuja refleksijo, omogoča razvoj priložnosti za samoopazovanje, medtem ko vzdušje s površinskim življenjskim slogom takšen razvoj omejuje.

Dobro je torej gojiti navado refleksije in se spraševati, kako na nas gleda Bog. Molitev je za to primeren čas, kajti istočasno, ko spoznavamo Gospoda, spoznavamo tudi sebe v njegovi luči. Med drugim si bomo prizadevali razumeti pripombe in nasvete, ki smo jih deležni od drugih. V določenih primerih se bomo znali distancirati od sodb drugih ljudi, če zaznamo, da slonijo na ne preveč objektivnih argumentih, če so te sodbe ustvarjene brez ustrezne refleksije, predvsem pa, če to

presojanje sledi merilom, ki niso združljiva z božjo voljo. Treba se je znati odločiti, komu posvetiti več pozornosti, kajti kot pravi Sveto pismo: *Boljši je, kdor posluša grajo modrega, kakor kdor posluša pesem norcev.*[4]

Ker pa smo po drugi strani vsi deloma odgovorni tudi za samopodobo ljudi okoli nas, si moramo prizadevati, da naše besede odsevajo spoštovanje do vsakega človeka, ker je božji otrok. Še zlasti, če smo na položaju, ki predstavlja avtoriteto ali vodenje (v odnosu starš-otrok, učitelj-učenec ipd.), bodo nasveti in napotki doprinesli k temu, da se v drugih okrepi prepričanje o njihovi veljavi, celo takrat, kadar jih je treba na jasn način opomniti. To je izhodiščna točka, kisik, ki vsaki osebi omogoča, da raste in polna upanja samostojno zadiha.

Sprejemanje samega sebe: takšne nas hoče Gospod

Ko v božji luči pogledamo na svoj način življenja, smo zmožni sprejeti sami sebe, kakršni smo: s talenti in krepostmi, pa tudi s pomanjkljivostmi, ki jih ponižno priznamo. Resnično samospoštovanje pomeni priznati, da nismo vsi enaki, in sprejeti dejstvo, da so drugi lahko pametnejši, da bolje igrajo kak inštrument, da so boljši športniki ... Vsi imamo dobre lastnosti, ki jih lahko razvijamo, še pomembnejše pa je, da smo vsi božji otroci. V tem sestoji pristno sprejemanje sebe, pozitivni smisel ljubezni do samega sebe za vsakega kristjana, ki želi služiti Bogu in drugim ter pri tem zavrača pretirano primerjanje z drugimi, ki bi lahko privedlo do občutka žalosti.

Konec koncev bomo sprejeli sami sebe, kakršni smo, če ne bomo izpred

oči izgubili Boga, ki nas ljubi skupaj z našimi omejitvami, ki sestavljajo del naše poti posvečevanja in so predmet našega boja. Gospod nas izbere tako kot je izbral dvanajstere: ***To so navadni možje, z napakami, s slabostmi, večji v besedah kot v dejanjih. Kljub temu jih Jezus pokliče, da jih naredi za ribiče ljudi, soodrešenike, skrbnike božje milosti.***[\[5\]](#)

Ob uspehih in porazih

S takšnega nadnaravnega zornega kota lahko globlje pogledamo na naš način bivanja in življenjsko pot ter razumemo njen polni smisel. V perspektivi večnosti zavzamejo časni uspehi in dosežki relativen pomen. Tako se veselimo uspeha svojega dela, vemo pa tudi, da je pri tem najpomembnejše, da je bilo to delo sredstvo za rast v svetosti. To je krščanski realizem, človeška in nadnaravna zrelost, ki se po eni

strani ne prepušča povzdigovanju, ki bi ga lahko povzročilo zmagoslavje ali pohvala, prav tako pa ne pusti, da bi jo za seboj potegnil pesimizem v primeru poraza. V kakšno pomoč nam je, če s svetim Petrom rečemo, da smo to, kar je dobrega, storili v *imenu Jezusa Kristusa Nazarečana!*

[6]

Istočasno je priznanje, da zunanje težave in naše lastne nepopolnosti omejujejo naše dosežke, eden izmed elementov, ki oblikujejo samopodobo, kar daje temelje osebni zrelosti in odpira vrata učenju.

Učimo se lahko samo tako, da najprej priznamo svoje pomanjkljivosti in ohranjamo pristop izkoriščanja pozitivnih izkušenj iz preteklih dogodkov: ***Doživel si neuspeh! — Mi nismo nikdar neuspešni. — Vse svoje zaupanje si položil v Boga. — Potem nisi opustil nobenega človeškega sredstva. Prepričan bodi v to resnico: tvoj uspeh —***

zdaj in za ta primer — je bil v tem, da ti je spodletelo. — Zahvali se Gospodu in začni znova!^[7]Tako se je človek zmožen podati na pot križa, kjer se pokaže paradoksnosti, ki izhaja iz šibkosti, veličine, ki izvira iz bede, in rasti preko ponižanja, pri čemer se učimo izredne učinkovitosti.

Trdnost v ravnanju in zmožnost popravljanja svojih napak

Osebna gotovost je trdnejša, kadar se opira na zavedanje o tem, da smo ljubljene božje otroke, ne pa na prepričanost, da bomo dosegli uspeh, ki se nam tolikokrat izmuzne. Ta gotovost nam pomaga sprejeti tveganje, ki spremlja katero koli odločitev, premagati ohromelost zaradi negotovosti in ohranjati držo razumne odprtosti do *novega*. ***Ni razumen tisti, ki se nikoli ne zmoti, temveč tisti, ki se zna popraviti v svojih napakah. Razumen je, ker***

raje dvajsetkrat zgreši, kakor pa da bi se udobno držal ob strani. Ne deluje z nepremišljeno zaletavostjo ali z absurdno smelostjo, toda sprejme tveganje pri svojih odločitvah. Ne izogiba se prizadevanju za dobro, ker bi ga bilo strah neuspeha.[8]

Če izhajamo iz osebnih omejitev in iz zmožnosti človeškega bitja za učenje, potem popravljanje napak pomeni izboljšanje, osebno obogatitev, ki se potem razliva navzven in na ljudi v okolici, tako da istočasno prispeva h krepitvi človekovega samozaupanja in zaupanja v svet okoli njega. Kdor se prepusti rokam nebeškega Očeta, ima gotovost, *saj njim, ki ljubijo Boga, vse pripomore k dobremu[9]*, celo naši padci, kadar prosimo Gospoda odpuščanja in se z njegovo milostjo dvignemo, potem ko smo naredili korak naprej v ponižnosti. Tako je sposobnost popravljanja lastnih napak del procesa spreobrnjenja: Če

*rečemo, da smo brez greha, sami sebe varamo in resnice ni v nas. Če pa svoje grehe priznavamo, nam jih bo odpustil in nas očistil vse krivičnosti, saj je zvest in pravičen.***[10]**

Nepogrešljiva krepost

Skratka, samospoštovanje raste s pomočjo ponižnosti, ***to je namreč krepost, ki nam pomaga hkrati spoznati našo bedo in našo veličino.*****[11]** Če v duši ta drža manjka, ni presenetljivo, da se pojavijo težave v zvezi z osebno samopodobo. Kadar pa jo gojimo, je človek napolnjen z realizmom in zna prav oceniti samega sebe: nismo brezhibni moški in ženske, pokvarjeni ljudje pa tudi ne! Smo božji otroci in na naših omejitvah sloni nesluteno dostojanstvo.

Ponižnost prinaša notranje razpoloženje, ki nam daje, da se spoznamo, kakršni smo, in nas žene k iskrenemu iskanju opore v drugih,

obenem pa jim sami nudimo svojo pomoč. Konec koncev vsi potrebujemo Boga, v katerem živimo, *se gibljemo in smo***[12]**, ki je usmiljeni Oče in nenehno bedi nad nami. Koliko gotovosti in zaupanja je bilo v življenju svete Marije! Če lahko reče: *velike reči mi je storil Mogočni in njegovo ime je sveto***[13]**, je to zato, ker živi v globokem zavedanju *nizkosti njegove služabnice.***[14]** V njej se ponižnost in zavedanje o veličini lastne poklicanosti čudovito ujemata.

J. Cavanyes

[1] 1 Pt 1, 18-19.

[2] Pot, 274.

[3] II. vatikanski koncil, past. konst. *Gaudium et spes*, 24.

[4] Prd 7, 5.

[5] Jezus prihaja mimo, 2.

[6] Apd 3, 6.

[7] Pot, 404.

[8] Božji prijatelji, 88.

[9] Rim 8, 28.

[10] 1 Jn 1,8-9.

[11] Božji prijatelji, 94.

[12] Apd 17, 28.

[13] Lk 1, 49.

[14] Prim. Lk 1, 48.

.....