

# ZÁVISLOSTĚ A MILOSTĚ

*Láska a spiritualita  
v uzdravování závislostí*

*Gerald G. May*





**ZÁVISLOŠŤ A MILOŠŤ**

*Láska a spiritualita v uzdravovaní závislosti*

Gerald G. May

Nitra

2014

# OBSAH

Obsah .....	6
Úvod k slovenskému vydaniu .....	9
Predhovor .....	11
TÚŽBA: Závislosť a ľudská sloboda.....	15
SKÚSENOŠŤ: Vlastnosti závislosti .....	40
MYSEL: Psychologická povaha závislosti .....	64
TELO: Neurologická povaha závislosti .....	88
DUCH: Teologická povaha závislosti.....	120
MILOŠŤ: Vlastnosti milosrdenstva .....	156
UMOŽNENIE – POSILNENIE: Milosť a vôľa pri prekonávaní závislosti .....	182
NÁVRAT DOMOV: Rozlišovanie a zasvätený život.....	209
Sprievodca čítaním a pre diskusie v skupine .....	234
Poznámky .....	240
Bonus .....	265



## Úvod k slovenskému vydaniu

Prekvapujúcim objavom pri čítaní knihy *Závislosť a milosť* bolo pre mňa autorovo tvrdenie, že závislosti sú nielen chemické, ale jestvujú aj závislosti na strese, na osobách, na pohodlí a pod. Výsledok a obmedzenia sú podobné ako v prípade chemických závislostí. Vtáčik môže byť uviazaný na reťazi alebo na tenkej nitke. V oboch prípadoch však nebude môcť slobodne lietať. Sme závislí rôznymi spôsobmi a v rôznom stupni a táto spútanosť obmedzuje a neraz aj ničí ľudské životy.

Gerald May poukazuje na milosť, ktorá vytvára v človeku „priestrannosť“ a schopnosť vstúpiť do vopred nedefinovaných a neistých priestorov s odvahou a dôverou. Milosť pritom nechápe výlučne ako náboženskú skúsenosť, ale ako realitu, ktorá sa dotýka každého človeka, nezávisle od jeho presvedčenia. Každá skúsenosť s milosťou dáva človeku novú odvahu otvárať sa a konať. Duchovný rast je tak napokon možný aj v tej najťažšej situácii človeka.

Gerald G. May bol psychiater a veriaci kresťan. Táto kniha je jeho osobnou snahou o syntézu toho, čo poznal ako odborník a k čomu ho priviedli skúsenosti osôb, ktoré počas svojej praxe sprevádzal, prípadne liečil. Jeho poznatky majú medzikultúrny a interkonfesný charakter, keďže v predkladanom diele zhŕňa svoje skúsenosti z rôznych častí sveta i rôznych spoločenských prostredí, kde pôsobil. Zároveň integruje poznatky z najväčších náboženstiev. Netajú však, že jeho východiskom je osoba Ježiša Krista a jeho poslanstvo.

Autor si je vedomý mnohorakých vplyvov, ktoré usmerňujú životnú cestu človeka od genetickej výbavy až po vplyv prostredia, je však presvedčený, že človek má vždy k dispozícii aspoň kúsok slobody, aby sa mohol rozhodnúť spolupracovať s milosťou a teda rásť ako osoba a stávať sa slobodným a milujúcim.

Otázky typu: „Je potrebná závislosť, aby človek poznal moc a význam slobody a lásky?“ môžu vyrušiť nejedného čitateľa z pokojného a stereotypného myslenia. Azda taký bol aj autorov zámer. No na druhej strane sa G. May snaží ísť za horizont jednostranných tvrdení. Javí sa ako ten, ktorý s pokorou a zároveň s dôvernou istotou kráča za podanou rukou milosti, ktorú nachádza v Bohu a pozýva k tomu aj svojich čitateľov.

*Ján Halama SVD*  
Spoločnosť Božieho Slova

## Predhovor

Písanie tejto knihy bolo pre mňa skutočným dobrodružstvom, plným nielen výkyvov hore a dolu, ktoré sú bežné pri autorskom písaní, ale aj plným modlitby a skutočného duchovného boja. Bola to mojím spôsobom duchovná púšť i záhrada, ktoré opisujem v závere tejto knihy. Mnoho starých predstáv, na ktorých som bol závislý, sa strhlo a zostal priestor púšte, kde už neexistovali zvyčajné rekvizity, barličky a ubezpečenia. Do tejto prázdnoty mohla prúdiť milosť a mohlo sa tak začať niečo nové. Zakorenilo sa čerstvé porozumenie, a poznanie, ktoré sa vynorilo, bolo jasnejšie, jednoduchšie a krajšie. Veľmi intenzívne som si uvedomoval, že to, o čom píšem, aj žijem. Žijem život preniknutý otroctvom závislosti a nádejou milosti. Myslím si, že v tom žijeme všetci. Mojou nádejou je, aby sa práve vás, ktorí čítate tieto slová, láskyplne dotklo slovo Pravdy, dúfam, že v mojich slovách bude dostatok priestoru na to, aby k vám prúdila milosť.

Keď budete tento text čítať, mali by ste pamätať na to, že hoci sa považujem za pomerne dôsledného vedca, nie som vyštudovaný teológ ani biblista. Táto kniha je plná mojich vlastných teologických náhľadov. Hoci úprimne a presne reflektujú moju skúsenosť, sú iba čiastočne usporiadané a do určitej miery sú potvrdené zvonku. Preto vás prosím, aby ste moje slová nepovažovali za neomylné či v zmysle authority, ale nechali ich tu a tam rezonovať tak, ako vás oslovia; aby ste k nim pristupovali s vlastnou skúsenosťou a vlastným zmyslom pre pravdu.

Dovolil som si značnú slobodu v spôsobe, akým som používal Sväté Písmo. Cítil som, že je to prípustné, keďže moje používanie Písma sa v tejto knihe týka iba objasňovania základných tém, nepredstavuje žiadnu autoritu, ani neobhajuje oprávnenosť mojich slov. Keď som usporadúval citácie, čerpal som z mnohých rôznych prekladov a na niektorých miestach som v rámci jednej citácie skombinoval hneď niekoľko prekladov. Na začiatku šiestej kapitoly som sa dokonca pokúsil o vlastný preklad prológu Jánovho evanjelia. Tento proces bol pre mňa hlbokým a obohacujúcim stretnutím s Písmom a dúfam, že vám prinesie pár občerstvujúcich slov a pohľadov. Nezabúdajte však, že moja verzia nie je neomylná a nemá autoritu; odporúčam vám prečítať si aj preklad, ktorý vy sami považujete za najhodnovernejší.

Primárne biblické témy tohto textu sú zamerané na príbeh prvého človeka v raji (*Genesis* 1, 27 – 3, 24), na skúsenosť vyslobodenia z Egypta (*Exodus* 1 – 15) a Pavlovo nádherné zachytenie hriechu, oslobodenia a života z Ducha v Liste Rimanom (5, 12 – 8, 39). Prv, ako začnete čítať samotný text tejto knihy, odporúčam vám prečítať si tieto časti Biblie a pravidelne sa k nim počas čítania vracieť. Som si istý, že ak sa budete držať tohto odporúčania, hodnota knihy sa pre vás veľmi zvýši.

Z dôvodu zachovania mlčanlivosti sú príbehy ľudí použité v tomto texte založené iba na skutočných skúsenostiach a sú upravené. Nevzťahujú sa na konkrétnych jednotlivcov. Poznámky sú roztrúsené po celom texte ako pehy. Ak je to možné, nenechajte sa nimi vyrušovať. Buď jednoducho odkazujú na zdroj, alebo rozvádzajú myšlienku v texte. Môžete sa k nim vrátiť neskôr, alebo sa nimi nemusíte vôbec zaoberať. Vždy, keď to bolo možné, dal som ich na záver, aby veľmi nevyrušovali.

Dlho som zvažoval a hľadal tú tvorivosť, v ktorej by som zostal otvoreným a a sprístupnil knihu všetkým. Bola to pre mňa náročná výzva a dal som si na tom obzvlášť záležať. Táto snaha asi nezmení môj dominantný postoj k ženám a špecifický prístup k odlišnému pohlaviu, ale isto mi pomôže v spôsobe vyjadrovania. V tejto súvislosti som sa vo svojom písomnom prejave vyhol nielen slovám špecifikujúcim pohlavie, ale upravil som aj niektoré citácie od iných autorov. Som presvedčený, že tam, kde som urobil takéto úpravy, som tým autorov zámer nezmenil, ale zvýraznil. Nakoniec, odkazy na citácie sú uvedené pri všetkých hlavných citáciách, takže čitateľ môže sám posúdiť ich význam.

V tejto práci som najhlbšie zviazaný tým, ktorí sú závislí na chemických látkach, a ich rodinám, ktoré mi dovolili, aby som sa podelil s niektorými z ich skúseností. Naučili ma, že tie najvážnejšie závislosti sú posvätno-prorockou chorobou našich čias. Čo sa týka závislosti celkovo, nespočetné množstvo jednotlivcov prispelo k tejto práci, a to či už v menšej, alebo väčšej miere. Táto kniha predstavuje súčasť výskumu spirituality a ľudského mozgu, ktorému sa venujem pod záštitou Inštitútu Shalem pre duchovnú formáciu, sídliaceho v Mount Saint Alban, Washington, D.C. 20016. Som vďačný jeho vedeniu a zamestnancom za ich modlitby a srdečnú podporu tejto práce, ako aj mnohým priateľom Inštitútu Shalem, ktorí mi poskytli mnohé materiály a venovali svoj čas, aby mohla vzniknúť táto kniha. Je úžasné, že je vás tak veľa, že vás ani nemôžem vymenovať. Modlime sa, aby naše spoločné úsilie prispelo k primárnej, večnej túžbe po Bohu, ktorá je nám všetkým vlastná, teda po túžbe dokonalej slobody a lásky ku všetkým ľuďom.

*Gerald G. May*