

PRED BRÁNOU EXITU



a

ZA BRÁNOU TRANSITU



M. B. BenJan

PRED BRÁNOU EXITU

a

ZA BRÁNOU TRANSITU



M. B. BenJan

Obsah

Obsah ...3

Úvod ...5

1. časť. Pri bráne: ŽIVOT v CHOROBE ...9

Niekoľko pohľadov na zdravie a chorobu zo zorného uhla kresťana ...9

Kresťanskí zdravotníci a ich etika ...11

PRÍLOHY k 1. časti: SKÚSENOSTI ...13

Príloha 1.: z vlastných zdrojov ...13

Príloha 2.: skúsenosti iných ...25

Lekári a márna (zbytočná) liečba ...25

Oznámenie zlej správy ...26

Hendikep lekárov: čas a obava zo žalôb ...27

Vopred vyslovené pranie ...27

Spoločné rozhodovanie lekárov a pacientov ...28

Príloha 3.: Základné pravidlá a pár rád ...30

2. časť. Pri bráne: ŽIVOT v STAROBE ...37

O starobe ...39

Opustenosť ...40

Odmietanie ...40

Cudzí svet ...41

Prívetivé (nereálne) očakávania ...42

Pokusy riešenia problémov ...43

Depresia ...45

Iné involučné poruchy ...48

„Staroba – choroba“ – Je nejaká možnosť riešiť „problémy staroby“? ...50

Vzťah okolia ...53

Niektoré možnosti dostupnej a účinnej pomoci ...53

PRÍLOHY k 2. časti: ...58

Príloha 1.: Služba lásky na pomoc odkázaným...58

Príloha 2.: Úcta k starým v Biblii a vo svete ...62

Príloha 3.: Základné pravidlá a pár rád ...70

3. časť. V bráne: ŽIVOT V TERMINÁLNOH ŠTÁDIU ...75

Posledné chvíle... ...75

Približovanie sa k otvorenej bráne ...77

Váš blízky už nie je taký ako býval, ale je stále vaším blízkym ...78

Čo (asi) prežíva umierajúci ...80

Chvíle „najposlednejšie“ ...83

Po odchode ...85

Pomoc pomáhajúcim ...87

PRÍLOHY k 3. časti: SVEDECTVÁ, SKÚSENOSTI, NÁZORY ...91

Príloha 1.: Skúsenosti a názory (autopsia) ...91

„Autoptická kazuistika“ ...93

Príloha 2.: Skúsenosti a názory iných ...98

O úzkosti zomierajúcich a príbuzných ...	98
Ako by sme mohli odchod našim blízkym zlepšiť? ...	100
Hovoriť „o tom“ či nehovoriť? ...	101
Vnímať a počúvať ...	101
Príčiny „nerozumenia si“ ...	101
„Vopred vyslovené prianie“ ...	102
Kto má rozhodovať o liečbe? ...	102
Svedectvo pacientky s rakovinou o jej radostných chvíľach ...	102
Skúsenosti profesionálov a dobrovoľníkov, ktorí bývajú „pri tom“ ...	103
Ako je to s odosobením sa lekára ...	103
Aj „dobré konce“ bývajú ...	104
„Nemyslieť na to“ nepomáha ...	105
Hodnoty sa menia ...	105
Dobrovoľníci ...	105
Skúsenosti nemocničného kaplána ...	106
Skúsenosti iných expertov ...	107
Všetko je len „asi“, nič nie je isté ...	108
Utešujúce sny ...	109
Chcem poznať pravdu ...	109
Uvažovanie a rozhodovanie sa o odchode ...	110

4. časť. Za bránou: KONEČNE DOMA ...111

Život večný – cieľ, zdroj nádeje a radosti. Čo je atanázia, a čo anastázia ...	111
Čo je to však večný život? ...	114
Boží dar a ponuka – príležitosť človeka ...	117
Prečo nie všetci dosiahnu najvyššiu úroveň života – život duchovný? ...	121
Obrátenie, znovuzrodenie ...	122
„Spoved“ L. N. Tolstého ...	125
Dve alternatívy voľby ...	127
Záver kapitoly ...	132
Cesta podľa pravidiel ...	133

PRÍLOHY k 4. časti ...140

Príloha 1. ...141

Vzkriesenie Ježiša Krista – základ viery a nádeje kresťanov ...	141
Čo bude s týmto svetom...? A ako to bude po vzkriesení? ...	141

Príloha 2. ...145

Cudzie (pohanské a ateistické) predstavy o tom, čo je „za bránou“? ...	145
Ateistický humanizmus a morálka ...	146

Príloha 3. ...148

Tri úrovne ľudského života (analógia s PC) ...	148
Podpisy Autora ...	152

Epilóg Dôležitý je hlavne náš **postoj**, a ten viac ako od našej fyzickej a psychickej kondície je závislý od **duchovnej úrovne našej mysle** ...155

Úvod

Niečo o názve knihy

V Jeruzaleme je tzv. *Zlatá (Krásna) brána* (hebrejsky: *הרחמים שער*, *Šá'ar Harachim* – *Brána milosrdenstva*, tiež *Brána večného života*).¹ Je to najstaršia z ôsmych existujúcich brán v hradbách Jeruzalema, a je už pol tisícročia uzavretá.² Má symbolický význam nielen pre Židov, ale aj pre kresťanov.³

Symbolika je aj v „bráne“ z názvu tejto knihy. V prvej časti názvu brána symbolizuje odchod (*exitus*) zo života: smrť sa nám, „obyvateľom Zeme“ javí ako *odchod zo života*, ako „vyjdenie“ – *exitus* z tohto sveta (a tak sa to nazýva aj odborne: napr. v medicíne sa ukončenie života, úmrtie označuje slovom *exitus*). Druhá časť názvu však naznačuje, že ak sa zameriame na to, čo je „za bránou“ (na skutočnosť, s ktorou síce nemáme osobné skúsenosti, ale o ktorej máme *vierohodné indície*), potom tá „brána“ sa nám nejaví ako miesto odchodu (*exitu*), ale *prechodu* – *transitu*⁴ z jednej skutočnosti do inej.⁵

Keď je človek „pred bránou“, stále sa k nej približuje... až je k nej „na dohľad“, a za nie dlho v jej bezprostrednej blízkosti. V každom prípade by to mal vnímať. Sú však aj takí, čo sa túto skutočnosť (to staré, „klasické“ upozornenie *memento mori*) snažia ignorovať. To však nejde, keď sa ocitnú na konci – „v tieni brány exitu“. A tak môžu byť neraz „zaskočení“, nepripravení, a preto často zúfalí...

Nesúďme ich však! Majú to ťažké... Potrebujú viac pomoc, ako kritiku. A to je aj hlavný cieľ knihy: pomoc – rady, opierajúce sa o poznanie z rôznych zdrojov: duševných (o vedu a empiriu) i duchovných. To, či ich niekto prijme, je už jeho vec.

¹ Fotografia tejto brány je súčasťou grafiky, použitej na obale knihy.

² Bola uzavretá v 16. stor. na rozkaz sultána SULEJMANA I. Dôvod: keďže Židia verili, že touto branou má vstúpiť Mesiáš, SULEJMAN ju dal zapečatiť, aby „zabránil Mesiášovmu príchodu“.

³ Niekoľko dní pred svojím ukrižovaním, presne týždeň pred svojím vzkriesením (t.j. na „Kvetnú nedeľu“) ňou vstúpil do Jeruzalema Ježiš Kristus.

⁴ Používam tu pôvodný (lat.) výraz „transitus“, lebo jeho poslovenčený tvar („transit“) má u nás „zaužívaný význam“, ktorý má vzťah hlavne k preprave tovaru alebo cestovnému ruchu, čo by mohlo viesť ku skresľujúcim asociáciám.

⁵ A to buď do inej dimenzie života alebo do „zahynutia“ (akejsi „čiernej diery záhuby“). O jednom i druhom máme síce iba nejasné predstavy, ale zato dosť dôkazov z vierohodných zdrojov, aby sme mohli byť presvedčení o ich realite.

Prvé tri časti knihy sú o živote „pred bránou“ – (prvá časť je o zdraví a chorobe, druhá o starobe, tretia o umieraní, t. j. o živote tesne pri bráne – „v jej tieni“). Štvrtá časť knihy je o tom, čo je (podľa nám dostupných informácií) za bránou, a hlavne o tom, ako život pred bránou ovplyvňuje život za ňou.

Pred bránou. Niektoré kapitoly prvých troch častí knihy sa opierajú o skúsenosti a svedectvá tých, ktorí sa už „pred bránou ocitli osobne.“ Ich počet je však obmedzený, pretože je málo tých, ktorí sa vrátili z tesnej blízkosti brány, a ktorí by boli schopní a ochotní o tom hovoriť či písať. No a o tom, čo je za ňou, nemáme žiadne svedectvá ľudí. Prechod bránou je totiž jednosmerný, nenávratný (a preto „svedectvá“ tých, ktorí tvrdia, že sa „vrátili spoza brány“, nie sú spoľahlivé).

Najviac svedectiev, poznatkov, skúseností máme od tých, ktorí odchádzajúcich „sprevádzali“. Bud' ako ich blízki (najčastejšie príbuzní) alebo ako ich profesionálni alebo dobrovoľnícki pomocníci (niekedy i dôverníci). Ide hlavne o lekárov, zdravotné sestry, ošetrovateľov, opatrovateľov, pracujúcich najmä na oddeleniach onkológie, paliatívnej medicíny a v hospicoch. Ich skúsenosti, poznatky a svedectvá síce nie sú v pravom zmysle autentické (nezažili odchod osobne), i tak sú však veľmi cenné, pretože oni boli veľakrát „pri tom“. Títo ľudia vedia toho veľa (majú nielen teoretické vedomosti, ale aj mnohé cenné skúsenosti, zážitky) – dosť na to, aby mohli poradiť, a tak pomôcť iným – tým, ktorí sa ocitli „v blízkosti brány“, či už v roli „čakatel'ov“ alebo „sprievodcov“.

Za bránou... Štvrtá časť knihy je venovaná tomu, „čo je za bránou“. Rozsahom je táto časť najväčšia, hoci priame svedectvá ľudí o tom, čo a ako je to „za bránou“ nemáme. Neznamená to však, že nemáme žiadne informácie. Máme ich, a to zo zdroja najspoľahlivejšieho: od Toho, ktorý je všadeprítomný – je na každom mieste svojho stvorenia a svojho panstva (vesmíru, neba i zeme). Boh nás o všetkom dôležitom informuje vo svojom Slove. No o tom, čo je „za bránou“ Božie slovo informuje pomerne stručne. Viac nám hovorí o tom, ako máme žiť tu – „pred bránou“, pretože práve od toho – od spôsobu života na tejto zemi – závisí, čo čaká človeka „na druhej strane“. Preto aj ja v štvrtej časti knihy viac ako „o tom, *aké je to tam*“, píšem „o tom, *ako by to malo byť tu*“, ako žiť, aby človek dosiahol to „*čo ani oko nevidelo, ani ucho nepočulo, čo ani do ľudského srdca nevstúpilo, čo pripravil Boh tým, ktorí ho milujú*“ (1Kor 2,9).

Každá časť knihy obsahuje *Prílohy*, ktoré dopĺňajú, poprípade sa z iných aspektov pozerajú na to, čo je predmetom (hlavným

obsahom) príslušnej časti knihy. Niektoré *Prílohy* obsahujú aj „Základné pravidlá a pár rád“, kde sú stručne zhrnuté tie najdôležitejšie zásady postojov (podľa autora tých najlepších) v istých, konkrétnych situáciách, a tiež niektoré praktické rady.

Niečo o genéze tejto knihy

Po dokončení mojej poslednej knihy (BOŽIE SLOVO – SVETLO) som uvažoval, pýtal som sa: „Ako ďalej?“ A odpoveď prišla:

Presne mesiac po privezení zmienenej knihy z tlačiarne sa objavili (už po štvrtý raz) symptómy recidívy choroby, ktorá ma postihla pred rokom: prišli stenokardie,⁶ ťažký dych a vážne poruchy srdcového rytmu. To sa stupňovalo, a trvalo takmer celý deň. Bolo to niečo, čo možno oprávnenne nazvať „kritickým stavom“, (a spolu s mnohými inými kritickými stavmi v živote človeka, započítat medzi situácie, označované všeobecne „utrpenie“). Fyziologicky (resp. patofyziologicky) ide vlastne o stresovú situáciu. Na strese sa tu okrem organickej poruchy srdca podieľa aj psychická zložka. Tá môže byť veľmi výrazná najmä u toho, kto pozná možné varianty patogenézy (vývoja ochorenia). Vzhľadom na svoju profesiu (takmer štyridsaťročnú prax lekára, pracujúceho s pacientmi, postihnutými práve takýmto druhom ochorením) som prognózu, teda tie možné varianty patogenézy i „sanogenézy“ (vývoja ochorenia) poznal veľmi dobre.⁷

O zmysle utrpenia som písal vo svojej knihe „Hlbiny a výšiny v živote človeka...“ Tam (v kapitole „Človek mieni – Pán Boh mení“)⁸ som stručne opísal svoje skúsenosti s hľadaním odpovede na otázku „Pre čo?“ („K čomu ma to má priviesť?“). Teraz som postupoval presne tak, ako je tam uvedené. A odpoveď prišla pomerne rýchlo... Porozumel som jej tak, že mám písať o tom, čo mi práve bolo dané poznať: Mám písať o tom, čo človek zažíva, keď sa ocitne „pri bráne exitu“ (a o tom, čo s tým súvisí). A „to, čo s tým súvisí“ je nielen všetko, čo môže ovplyvniť samotný „odchod (prechod) bránou“, ale aj to, čo bude po tom prechode nasledovať. Takto som teda spoznal hlavnú tému svojej budúcej knihy.

Verím, že splní svoj cieľ: že sa stane pre niektorých **povzbudením**, a pre iných možno **výstrahou**.

⁶ Tou chorobou bol srdcový infarkt. „Stenokardie“ sú bolesti srdca (angina pectoris). Tie moje začali v pokoji (nie po námahe), trvali hodiny, a nereagovali na lieky.

⁷ Medzi tie „možné varianty vývoja ochorenia“ patrí napríklad aj akútne zlyhanie srdca (s tzv. „pľúcny edémom“) alebo prechod „benigných“ („nevinných“) porúch srdcového rytmu do tzv. „arytmie malignej“, t.j. nebezpečnej, smrtiacej (akou je napr. fibrilácia komôr).

⁸ V Epilógu tejto knihy uvádzam podstatnú časť spomínanej kapitoly.

Epilóg

Obsah tejto knihy je pestrý. Niektoré jej časti môžu pripomínať stránky zo „zdravovedy“ s poučením ako správne, zdravo žiť, iné rady pre opatrovateľov ťažko chorých a starých ľudí, a dosť značnú jej časť by možno bolo možné označiť názvom „prvouka vierouky“ (slovu „teológia“ sa snažím, a to nielen v tejto knihe, všemožne vyhnúť).¹¹⁸ No v skutočnosti hlavným cieľom knihy je upozorniť čitateľa (rôznym spôsobom) na jedno – na dôležitosť jeho správneho postoja v rôznych situáciách života. Najmä tých, ktoré možno označiť ako „existenčné“, vrátane tých, ktorým musí čeliť každý človek na konci svojho života. No a správnosť postoja je závislá od toho, či je ten postoj v zhode so zmyslom života.

V podstate všetko závisí od „úrovne nášho života“. Tá môže byť, ako vieme, trojaká: vegetatívna, animálna a spirituálna; pričom pre poznanie zmyslu života oveľa viac než na vegetatívnej a animálnej, záleží na jeho úrovni spirituálnej. Inak povedané: dôležitejšia než naša fyzická a psychická kondícia, je úroveň nášho duchovného života – to, ako, čím, resp. KÝM je formovaná a vedaná naša myseľ.¹¹⁹

Spomenul som existenčné situácie v živote človeka. Tie môžu mať rôznu podobu. Podrobnejšie o tom píšem vo svojej knihe „Hlbiny a výšiny v živote človeka...“ Tam sa venujem aj takým otázkam ako napr. „Môže mať utrpenie človek zmysel?“ „Ako hľadať ten zmysel?“ Vychádzam pritom nielen z vlastného poznania a skúseností, ale aj z poznania a skúseností svetoznámeho vedca V. E. FRANKLA, autora tzv. „logoterapie“.

Už pred rokmi (keď som písal svoju knihu „Zápisky...“) som prežíval prvú vážnu existenčnú krízu: Domnieval som sa vtedy, že vstupujem na posledný (už pomerne krátky) úsek svojej pozemskej cesty. Môj Otec mal však so mnou iný plán. Nielenže mi ten posledný úsek predĺžil, ale pripravil mi na ňom mnohé prevrpenia... no aj viaceré úlohy. Prichádzali nové poznania a skúsenosti. Jednu z nich, azda zatiaľ tú najdôležitejšiu, som opísal v *Prílohe 1.* tretej časti tejto knihy. Zatiaľ posledný, tam opísaný, úsek mojej cesty je odlišný od predchádzajúcich. Je to vďaka tomu, že mám

¹¹⁸ Nemám rád toto slovo „zo zásady“: zložky, z ktorých sa skladá (*theo-* a *-logia*) sú totiž navzájom inkompatibilné: Boh nemôže byť predmetom „vedeckého skúmania“ (Jeho poznávanie je vecou Jeho zjavenia, nie výskumu), a preto aj termín „veda o Bohu“ (theologia) je vlastne nezmyselný.

¹¹⁹ Práve tomuto som venoval veľkú väčšinu svojich kníh, aj značnú časť (najmä štvrtú, poslednú) tejto.

úplne iné, hlbšie poznanie. Nie sú to iba skúsenosti, empíria, ale aj iná, opravdivejšia *viera*. A to ani nie tak v zmysle *viera-presvedčenie* (tá bola silná vždy), ako skôr v zmysle *viera-dôvera* (práve tá sa zdokonalila). Hoci táto nová cesta tiež nie je celkom rovná a hladká (čo je napokon dobre!), zd'aleka už neobsahuje žiadne „hlbiny“ (s ťažkými pádmami a s následným sklamaním a pochybnosťami), pretože už bezpečne viem, že človek nie je hračkou, s ktorou si pohráva nevyspytateľný „osud“ a hlúpe „náhody“, a že v tomto zlom svete, plnom nástrah, nebezpečenstiev, zd'aleka nie je sám a bezbranný. Som presvedčený, že to všetko (okrem iných úžasných vecí) je dôsledkom prítomnosti Božieho Ducha, ním upevneného, zdokonaleného vzťahu človeka k Bohu: vzťahu dieťaťa ku svojmu nebeskému Otcovi, od ktorého sa cíti úplne závislé. Ten, kto skúsil vo svojom živote, čo to je padať do „hlbín“ (v minulosti som o tom písal aj ako o „pádoch do prachu“, alebo ako o „hojdačke života“), vie najlepšie pocítiť a oceniť takúto zmenu.

Spomenul som V. E. FRANKLA. On zdôrazňoval veľký význam hľadania zmyslu, a to vo všetkom, čo človek prežíva, vrátane utrpenia.¹²⁰ V tom som s ním úplne zajedno: opakovane zdôrazňujem (nielen dnes, ale písal som o tom už pred mnohými rokmi) potrebu chápať svoj život nie ako niečo, čo je determinované nemenným osudom, alebo ako sled „slepých náhod“, ale ako jedinečný príbeh, ktorý má zmysel. Ktorý bol človeku daný, darovaný. A Ten, kto mu ho daroval, ho aj riadi („režiruje“).

No zmysel života i konkrétnych udalostí sa niekedy odhalí až „ex post“, často po mnohých rokoch, a niekto ho dokonca neodhalí nikdy. No aj tak človek, ktorý od začiatku pristupuje k životu a životným udalostiam ako k zmysluplným, nielenže sa oveľa ľahšie vyrovnáva s nepríjemnými, bolestivými situáciami: keďže pozná (alebo aspoň tuší) ich zmysel (účel, cieľ), môže mu prispôsobiť aj svoje konanie.

Spomínaný V. FRANKL písal o zmysle utrpenia, ja by som tu však chcel zdôrazniť, že nie samotné utrpenie má (môže mať) pozitívny vplyv na človeka, ale to, aký *postoj* človek k utrpeniu zaujme. Sám FRANKL predsa píše o tom, ako u mnohých spoluväzňov tie strašné pomery v koncentračnom tábore neviedli k zušľachteniu ducha, ale práve naopak, k vystupňovaniu animálneho (zverského) správania.

¹²⁰ Ved' kto iný, ak nie on, ktorý osobne prešiel peklom nacistického koncentračného, vyhladzovacieho tábora (a kde prišiel o svojich najbližších), by bol kompetentnejší o tom hovoriť?

Teda **POSTOJ !** Toto chcem zdôrazniť. Často treba svoj postoj **zmeniť!** No zmena postoja nie je niečo bežné. Celkom iste to nie je zabudované v sústave vrodenných inštinktov človeka. Taká zmena postoja, ktorá dokáže zmeniť vnímanie niečoho takého „zdanlivo zničujúceho“ ako je utrpenie, na niečo také pozitívne, ako je napr. premena mysle (metanoia), taká zmena postoja musí mať nejakú príčinu, dôvod, a *pôvod!* Z animálnej mysle človeka to nepochádza. Človek sám to nedokáže. Potrebuje pomoc „zhora“.

Tá pomoc sa síce ponúka každému, ale... je to predsa len *ponuka* – teda niečo, čo je fakultatívne (nie obligátne), čo teda človek môže, ale aj nemusí akceptovať, prijať. Nie je to pud (inštinkt), ktorý vlastní každý jedinec daného druhu.

Človek má teda na výber, či pomoc prijme, alebo ju odmietne. A práve v tomto je zásadný rozdiel medzi ľuďmi – v tej voľbe. Ak človek pomoc prijme, jeho myseľ sa zmení, a s ňou sa menia aj jeho postoje. Aj postoj k utrpeniu, vrátane úzkosti z prežívania jeho posledných dní. Ak pomoc odmietne, potom utrpenie zostane iba utrpením – nehovorím, že „nezmyselným“, skôr „so zmyslom nepoznaným“, a preto „nepoužiteľným“. Človek sa nedokáže „o zmysel oprieť“. No zapríčinil si to on sám... Na vine si je sám, pretože odmietol pomoc (a s ňou aj možnosť využiť „pozitívny potenciál svojho utrpenia“).

Prečo sa to môže stať, prečo sa niektorí ľudia vo svojom utrpení správajú tak „nerozumne“, prečo odmietajú ponúkanú pomoc? Niektori preto, že *nechce*: jeho myseľ je ovládaná satanom,¹²¹ ktorý mu nahovára, že všetko zvládne sám (popríklad s jeho pomocou), a tak vo svojej egoistickej („selfistickej“) namyslenosti alebo okultistickej (popríklad inej hriechnej) poblúdenosti – zahynie. Iní preto, že *nevie*: nepozná hlas, ktorý sa mu iste prihovárať už predtým, a možno sa aj postupne zosilňoval..., no nakoniec, keďže mu stále nevenoval pozornosť, musel sa ten hlas zmeniť na niečo iné, čo sa nedá nepočuť, ignorovať – na utrpenie.¹²²

Ale utrpenie (vrátane úzkosti pri bráne exitu) býva väčšinou poslednou šancou, možnosťou! Možnosťou, ako takto (keď to inak nešlo) prijať ponúkanú pomoc, a tak nájsť cestu k zmene mysle. Zmena mysle potom spôsobí zmenu postoja ku všetkému (teda aj k utrpeniu). Čiže: utrpenie môže s pomocou Božieho Duha posväcujúceho (o Božom Duchu pozri poznámku za týmto od-

¹²¹ Priamo ním, alebo aj prostredníctvom niektorého z jeho početných poslov, pomocníkov – ľudí, často sa vydávajúcich za „dobrodincov“.

¹²² Duch Boží obvyčajne *šepká*, ak ho človek nepočuje, tak *zakričí*, a keď ani to nepomáha, tak niekedy človekom *silno zatrasie* (a to sa už nedá „prepočuť“).

sekom) viesť ku zmene mysle (metanoi), a tá potom, prirodzene, ďalej ovplyvňuje (mení) postoj aj k tomu utrpeniu!

Poznámka: Niekedy sa používa „Duch Boží“ a „Duch Svätý“ (posväcujúci) promiskue. Ja rozlišujem – **Duch Boží je dvojaký: a.) oživujúci** (v niektorých prekladoch „dych života“) a **b.) konajúci, posväcujúci**:

a.) Boží Duch oživujúci: môžeme o ňom čítať na viacerých miestach Písma. Napr. v 1M 2,7: Boh ho vdýchol pri stvorení do človeka (i zvierat), v Kaz 12,7 (pri smrti sa vracia k Bohu), v Lk 23,46 (posledná Ježišova veta bola: „*Otče, do Tvojich rúk porúčam svojho ducha*“). Oživujúci duch je prítomný v každej živej bytosti; spolu s telom tvorí „živú dušu“ (*psyché*).

b.) Boží Duch konajúci a posväcujúci (niekedy iba *Svätý Duch*): jeho prostredníctvom Boh pôsobí vo svete (niekedy koná aj divy), pôsobí na ľudí, v ľuďoch (to On vedie k zmene ich mysle, *metanoi*), ale aj cez ľudí, poskytuje silu, múdrosť, poznanie, inšpiruje (od lat. *in spiro* = vdychujem; v zmysle: je mi vdýchnuté, „dychom = duchom mi je dané“. Gr. slovo *pneuma* totiž znamená *dych* aj *duch*, a podobne je to s lat. *spiritus* resp. *spiritum*). Je prítomný iba v ľuďoch, ktorí ho prijali (pozri úvod). Písmo, najmä NZ, sa o ňom zmieňuje veľmi často. Ak je niekde použitý pojem *Boží Duch* (bez ďalších prívlastkov), rozumie sa väčšinou práve táto všemocná Božia sila, konajúca vo svete. Nezamieňajte si ducha (*pneuma*) s dušou (*psyché*).

Vnímový čitateľ už iste postrehol v čom je rozdiel medzi mojím a FRANKLOVÝM ponímaním zmyslu utrpenia: obaja hovoríme o tom, že má zmysel, obaja hovoríme o potrebe zmeny postoja... Rozdiel je však v tom, že ja tvrdím: „**Človek nedokáže tú zmenu postoja uskutočniť sám, bez pomoci Boha – Svätého Ducha.** Iba ak sa mu poddá, ak ho prijme, dokáže sa zmeniť jeho myseľ, a tým aj jeho postoj k utrpeniu. No nielen k utrpeniu, ale i k životu, ku svetu, k všetkému. Zmena postoja človeka je teda dôsledkom a prejavom (znamením) toho, že sa zmenila jeho myseľ, a tým vlastne on celý: stal sa novým človekom – človekom s iným, novým statusom pred Bohom (s inou úrovňou života: už nie animálnou, ale duchovnou), teda človekom s iným vnímaním, iným uvažovaním, inými prioritami, inými postojmi.

Utrpenie (vrátane úzkosti, ktorá prichádza v blízkosti brány exitu) nie je tým hlavným. Utrpenie totiž môže (ale aj nemusí) byť iba jednou z ciest, resp. dôležitých impulzov k zmene mysle. Až zmena mysle vedie k zmene postoja. A ide práve o tú **zmenu postoja** – ku všetkému (teda i k utrpeniu, a tiež k odchodu z tohto sveta). Zmena *postoja* je teda až *dôsledkom* (hoci je súčasne aj *prejavom*) *zmeny mysle*. Tá je tu teda tým prvotným, podstatným a nevyhnutným.

Titul **PRED BRÁNOU EXITU
 a
ZA BRÁNOU TRANSITU**

Autor **M. B. BenJan**

Vydal MBKB, Sliač (www.knihy-benjan.sk)

v roku 2021

Tlač Daliprint, s.r.o., Banská Bystrica (www.daliprint.eu)

ISBN 978-80-8141-264-6

O čom je táto kniha? Ak by sme preložili symbolický jazyk jej názvu do „profánnej reči“, znel by asi takto: „O poslednej fáze života človeka, a o tom čo ho čaká po smrti“.

Kniha má štyri časti. Tri časti sú venované poslednej fáze života človeka (1. časť je zameraná na choroby, 2. časť na starobu, 3. časť na terminálne chvíle). No a tomu, čo nás (asi) čaká po (tomto) živote, je venovaná 4. časť knihy.

Posledná fáza života má, pochopiteľne, isté zvláštnosti. Tie napriek veľkej individuálnej rozdielnosti, majú niečo spoločné (alebo aspoň podobné): ak vynecháme niektoré mimoriadne stavy, ako je napr. pokročilá demencia, kóma a pod., je život „v tieni brány exitu“ ovplyvnený:

1. Po *telesnej* stránke: často (i keď nie obligátne, a nie u každého v rovnakej miere) bolesťami a obmedzeniami, spôsobenými rôznymi chorobami alebo involučnými zmenami.
2. Po *psychickej* stránke: uvedomovaním si blízkej smrti, a všetkým, čo s tým súvisí. Prejavovať sa to môže rôzne: pokojnou odovzdanosťou, cynickou rezignáciou, ale najčastejšie úzkosťou a obavami („Čo bude s tými a s tým, čo tu zanechám?“), alebo strachom, zmätkom, panikou („Čo bude so mnou?“ „Aké to bude, aká hrôza ma čaká?“)
3. Po *duchovnej* stránke. Tu sú odlišnosti najväčšie. Záleží na presvedčení človeka, na tom ako žil, a čomu (komu) veril, na „paradigme“, ktorá určovala jeho myslenie a konanie. Práve to ovplyvňuje najpodstatnejšie celé bytie človeka. Teda aj to, čo bolo uvedené sub 1. a 2.: ako vníma a znáša svoje telesné pocity, aká je jeho psychika: či v nej prevláda nádej a pokojná odovzdanosť alebo beznádej, strach a zmätok.

Autor vychádza z faktov – z empirie (skúseností vlastných aj iných ľudí) a z vedeckých poznatkov. A tam kde tieto dva zdroje neposkytujú žiadne informácie (teda najmä vo veciach, ktoré sú obsahom 4. časti), opiera sa o „relevantné indície“, založené na jedinom spoľahlivom zdroji, ktorým je podľa autora Písmo. Pritom nezostáva iba pri opise, pri konštatovaní, ale snaží sa z prezentovaných faktov dospieť k záverom, ktoré môžu poslúžiť ako cenné praktické rady.

ISBN 978-80-8141-264-6

