

Venujem všetkým ťažko skúšaným  
manželským párom,  
ktoré som stretol a ešte stretnem  
počas svojej služby.

Želám im,

aby s ustavične novým úžasom  
vždy znova objavovali  
radosť zo vzájomnej lásky v Pánovi.

## Zoznam skratiek cirkevných dokumentov

- AL – Amoris laetitia
- FC – Familiaris consortio
- GE – Gaudete et exultate
- GS – Gaudium et spes
- HV – Humanae vitae
- KKC – Katechizmus Katolíckej cirkvi
- LG – Lumen gentium
- SC – Sacrosanctum concilium

# ÚVOD

*Ked' tvoj manželský partner pochybí, spýtaj sa seba:  
„Kde som urobil chybu?“*

Tí, ktorí sa – podobne ako ja – naplno venujú manželskému poradenstvu, často počujú z úst ľudí žijúcich v manželstve nasledujúci bonmot, ktorý je rovnako vtipný ako výstižný: „Oženil som sa so snúbenicou a teraz mám manželku!“ „Vydala som sa za snúbenca a teraz mám manžela!“

Je to, samozrejme, len vtip, ale netreba ho podceňovať. Predkladá sa v ňom ako samozrejmosť, že láska manželského páru je po období zasnúbenia a prvotnej mladomanželskej vrúcnosti nevyhnutne odsúdená na to, aby ochabla, stratila počiatočnú sviežosť a premenila sa na rutinu.

Vo veľkom počte prípadov je to, žiaľ, stopercentná pravda.

Je to však naozaj nevyhnutné? Je naozaj nemožné zachovať si intenzívnu manželskú lásku, ba dokonca ju v jednotlivých fázach manželského života ustavične obnovovať a prežívať so stále novým úžasom? Akými spôsobmi sa dá dosiahnuť, aby sa nevyčerpal poklad nehy, ktorý spôsobil, že dvaja mladí ľudia sa do seba zamilovali a zatúžili jeden po druhom až tak, že sa rozhodli spojiť svoje životy sviatosťou manželstva? Existujú nejaké návody na to, aby manželia mohli prežívať spoločnú cestu životom s ustavične sa obnovujúcim nadšením a neustále zveľaďovať citovú stránku svojho vzťahu tak, aby prekypoval láskou a radosťou?

Ide o zásadné otázky, ktoré nalichavo volajú po odpovediach. Závisí od nich šťastie manželov (a aj ich detí) i samotný zdar manželstva.

*Aj po období krízy je možné znovu sa naučiť milovať jeden druhého tak, ako Kristus miloval Cirkev? Ako riešiť krízové situácie a urobiť z nich nie začiatok konca, ale príležitosť na znovuzrodenie vzťahu?*

„MÁM ŤA RÁD, ALE NEMILUJEM ŤA“

Typický postoj manželov v kríze je vždy rovnaký: Mám ťa rád, ale nemilujem ťa.

K tomuto konštatovaniu vskutku dospieva čoraz viac párov.

Je rovnako bolestivé pre tých, ktorí ho vyslovujú, i pre tých, ktorí ho dennodenne počúvajú.

Tí, ktorí ho vyslovujú, sa označujú za priateľov svojho partnera a často hovoria, že proti nemu nič nemajú, ale majú pocit, že svoj manželský vzťah začali vnímať na spôsob vzťahu brata a sestry, pretože všetko vrátane intimity sa ocitlo v troskách.

Tí, ktorí túto vetu počúvajú, pociťujú veľké sklamanie, sprevádzané dramatickým zmätkom, akoby ich život celkom stratil zmysel, a pýtajú sa na dôvody toho, čo sa s nimi deje.

Prečo nastala táto zmena? Kam sa podeli tie časy, keď stačilo začuť hlas milovanej osoby a srdce zrazu začalo biť rýchlejšie, človek bol v siedmom nebi?

## Ona hovorí:

Myslela som si, že náš vzťah sa nikdy neocitne v kríze; bola som o tom naozaj skalopevne presvedčená. Keď mi povedal, že ma má rád, ale ma nemiluje, zrútil sa mi svet. Žiadala som ho o vysvetlenie, ale on mi povedal, že nevie, prečo je to tak. Že niečo sa skrátka zlomilo. Vyčíta mi, že som vždy chcela byť tá, ktorá rozhoduje, a on už má toho dosť, a tak hovorí: Stačilo.

## On hovorí:

Myslel som si, že náš manželský život je šťastný; nevšimol som si, že moja žena ku mne prechováva hlbokú zášť za to, že som s ňou trávil málo času kvôli práci i z nedbanlivosti. Z času na čas sme sa pohádali, ale vždy sme sa dokázali udobriť. Jedného dňa mi z čista-jasna povedala, že „ma má rada, ale nemiluje ma“. Žiadal som vysvetlenie a ona mi povedala, že sa jej do mysle vkradla iná osoba a udomácnila sa tam ako utkvелá myšlienka, a preto sa rozhodla pre rozchod – civilizovaný, bez zbytočného zraňovania. Kvôli sebe i pre dobro detí. Som zničený!

Za skúsenosťami tohto typu sa skrývajú situácie, ktoré zásadne zmenili život jedného z partnerov:

- môže ísť o silne stresový stav spojený s nahromadením množstva drobných nepríjemných situácií, ktorý spôsobil, že človek začal vidieť manželského partnera inou optikou a prestal tolerovať jeho spôsoby, ktoré ho na začiatku vzťahu veľmi priťahovali;

- môže ísť o náklonnosť k inému človeku, ktorá prevrátila život jedného z partnerov naruby a znovu v ňom prebudila takpovediac tínedžerskú túžbu milovať;
- môže ísť o vplyv vonkajších faktorov, ako je vmiešavanie sa pôvodných rodín partnerov do ich spoločného života, narodenie jedného alebo viacerých detí, ťažkosti v zamestnaní, finančné problémy, vážna choroba či strata blízkej osoby;
- môže ísť o kombináciu všetkých týchto situácií a o mnoho ďalších vecí.

Nech už je to, ako chce, faktom je, že v istom momente manželia dospejú do bodu, keď sa im situácia ich vzťahu začne javiť ako slepá ulička či tunel bez konca. Všetky istoty, ktoré ich až do tej chvíle sprevádzali, sa zrazu akoby vytratili.

Čo robiť v takýchto situáciách?

Najčastejšou reakciou je sklúčenosť a prepadnutie pesimizmu, neraz aj veľmi hlbokému, v presvedčení, že všetko sa skončilo a niet viac nádeje na návrat do krásneho obdobia.

„Keď sa raz váza rozbije, tak je rozbitá, nedá sa opraviť.“ Takto uvažujú mnohí manželia, pomýlení nepocitívmi radami povrchných psychoterapeutov a prefikovaných právnikov, ktorým neraz nejde o nič iné než o vlastný zisk. Nezabúdajme, že rozvody predstavujú biznis, v ktorom sa ročne otáčajú milióny eur!

*Je naozaj pravda, že manželská láska sa nedá vzkriesiť k novému životu? Je naozaj pravda, že ak vývoj manželského*

*vzťahu dospeje do bodu, keď jeden z partnerov povie druhému: „Mám ťa rád, ale nemilujem ťa!“, všetko sa končí bez toho, aby sa s tým dalo niečo urobiť?*

## „NANOVO SA ZAMILOVAŤ“: DÁ SA TO?

Úlohou tejto knihy je ukázať, že je možné znovu sa zamilovať, že to nie je chiméra romantických rojkov alebo naivných hlupáčikov, ale cesta prístupná každému páru, ktorý prejaví odhodlanie vydať sa na ňu.

*Manželské krízy nemusia nutne znamenať predzvesť blížiaceho sa konca vzťahu. Ak sa k nim partneri postavia správne a poučia sa z chýb, môžu sa z nich stať krízy, ktoré uzdravujú. Pointou je nezameriavať sa len na ich vonkajšie prejavy, ale liečiť ich príčiny. Obmedziť sa len na odstránenie ich symptómov je ako nechať tlieť oheň pod vrstvou popola – stačí doň jemne fúknuť a znovu sa rozhorí!*

Výzvou je zistiť, akým spôsobom je možné – v situácii pokročilého manželského vzťahu, ktorá sa značne líši od obdobia zasnúbenia či prvých fáz manželstva –, aby si manželia dennodenne obnovovali svoje počiatočné „áno“ s postojom nežnej lásky, ešte bohatejšej a plnšej, ako bola na začiatku ich vzťahu, schopnej dennodenne znovuzrodzovať ich manželstvo a dodávať ich spoločnému životu iskru ustavične obnovovaného, ba ešte vášnivejšieho očarenia.

Jedinou podmienkou je, aby sa úprimne a s dôverou „vložíli do hry“ a prestali vnímať svoje sviatosťné manželstvo optikou udomácnenia sa v existujúcom *status quo*

a namiesto toho naň začali hľadiť ako na dynamickú cestu, ktorá „vedie od začiatkov cez stále nové začiatky až k začiatkom bez konca“, ako by povedal svätý Gregor Nysský.

Tento postoj je absolútne rozhodujúci. Veľmi veľa manželských párov totiž považuje za hotovú vec, že kríza vzťahu je nezvratný proces. Nie je to však pravda; vždy sa dá začať odznova.

Jedna vec je „uzavrieť manželstvo“ a druhá vec je „stať sa manželmi“. Manželia sa „neberú“ len raz, ale každý deň. Reálne v nich žije sviatosťná milosť, ktorá ich robí schopnými zas a znova sa navzájom zamilovať na každej zákrute spoločnej cesty životom.

Ide o výzvu, ktorej musia čeliť všetci manželia od chvíle, keď ruka v ruke vyšli z kostola a spoločne vykročili na cestu manželského života.

## OSEM CIEST K ZNOVUZRODENIU VZŤAHU

Autor tejto knihy má toľko trúfalosti, že predkladá čitateľom osem ciest k znovuzrozeniu manželského vzťahu.

Samozrejme, nejde o zázračné odpovede ani hotové riešenia, ale skôr o otvorenie novej perspektívy, alebo, ak chcete, o poukázanie na dopravné značenie, ktoré dokáže manželov nasmerovať k cieľu, na ktorý majú povolanie: k ich posväteniu prostredníctvom plne rozvinutej a naplno prežívanej milosti sviatosťného manželstva. To spočíva v tom, že budú premieňať obyčajné veci na neobyčajné a stávať sa svetlom pre širšie spoločenstvo a ostatné manželské páry.



Ide o týchto osem ciest:

- I. Budovanie (či obnova) manželského „my“.
- II. Nežnosť ako duša spoločnej manželskej cesty životom.
- III. Hľadanie spôsobov efektívnej komunikácie.
- IV. Umenie odpustenia a zmierenia.
- V. Prežívanie uspokojujúcej intimity.
- VI. Zdravý humor v partnerskom živote.
- VII. Milosť sviatostného manželstva.
- VIII. Modlitba ako cesta rastu v láske.

Číslo osem v sebe ukrýva hlbokú symboliku. Na rozdiel od sedmičky, ktorá evokuje židovský týždeň, ôsmy deň nám pripomína deň Kristovho zmŕtvychvstania a naznačuje prechod od smrti k životu, od smútku zahalujúceho Veľký piatok a Bielu sobotu k explozívnej radosi Veľkonočnej nedele.

Odkaz na osem ciest teda znamená odkaz na znovuzrodenie, víťazstvo nad našimi strachmi a prehrami, nech by už boli akokoľvek dramatické a zdanlivo neprekonateľné. Zmŕtvychvstalý Pán sa ponúka všetkým manželom ako neotrasiteľná istota a nespochybniteľná záruka, že ich láska môže vždy znovu povstať k novému životu.

Úprimne verím, že tieto cesty dokážu priviesť manželov – najmä tých, čo stratili radosť zo vzájomnej lásky – ku vzkrieseniu ich vzťahu. „Bohu nič nie je nemožné.“ (Lk 1,37) Z našej strany je potrebné len jedno – odvaha nenechať sa odradiť a túžba začínať zas a znova s ustavične obnovovaným úsilím, bez toho, aby sme sa nechali premôcť každodennou konfrontáciou s vlastnými obme-

dzeniami. Povolanie do manželstva vskutku predstavuje dobrodružný výstup, cestu nahor, stúpanie smerom k vrcholu.

Ako povedal Ján Pavol II. na jednom zo stretnutí s manželskými pármami, nejde o to znížiť horu, aby sme si uľahčili cestu, ale prijať námahu výstupu a nechať sa unášať vánkom Ducha Svätého, vznášajúc sa ako na orlích krídlach.

Na záver tohto úvodu by som rád vyslovil jedno prianie všetkým manželským párom a ich rodinám. Urobím to slovami pápeža Františka, ktoré napísal na záver svojej exhortácie *Amoris laetitia* a s ktorými sa hlboko stotožňujem:

*Všetci sme povolání oživoval napětí vedúce k tomu, čo presahuje nás i naše obmedzenia, a každá rodina musí prežívať tento neustály impulz. Kráčajme, rodiny, pokračujme v kráčaní! Čo je nám prisľúbené, je stále väčšie. Nestráčajme nádej kvôli svojim obmedzeniam, ale sa ani nevzdávajme hľadania tej plnosti lásky a spoločenstva, ktorá nám bola prisľúbená. (AL 325)*

CARLO ROCCHETTA

Perugia, rodinné centrum Dom nehy

8. decembra 2018

na Slávnosť Nepoškvrneného počatia Panny Márie

*DARUJ MI KRÍDLO NAVYŠE*

Pane, chcem ti poďakovať za dar života;  
niekde som raz čítal,  
že ľudia sú anjeli s jediným krídlom:  
môžu lietať len tak, že ich niekto objíme.  
Z času na čas, vo chvíľach hlbokej dôvery v život  
sa odvažujem predstavovať si,  
že aj ty, Pane, máš len jedno krídlo,  
zatiaľ čo to druhé si ponechávaš skryté:  
azda preto, aby si mi tým povedal,  
že nechceš lietať bezo mňa,  
a preto si mi dal život:  
aby som ti mohol byť druhom na oblohe.  
Nauč ma voľne sa s tebou vznášať,  
veď žiť neznamená unavene sa vliecť životom  
ani ušklbnúť si z neho, koľko sa len dá,  
či drať sa vpred so zaťatými zubami.  
Žiť predsa znamená poddať sa  
ako čajka opojeniu vetrom.  
Žiť znamená vychutnávať dobrodružstvo slobody.  
Žiť znamená rozťahnuť krídla,  
to jediné krídlo, ktoré máme,  
naplnení dôverou ako tí, ktorí vedia, že letia v objatí  
verného druha, ktorým nie je nik menší ako ty, Pane!  
Toto je však málo.  
Viem, že nestačí letieť len s tebou, Pane.  
Zveril si mi úlohu objímať aj svojich bratov a sestry –  
mojich spolupútnikov na ceste životom –  
a pomáhať im lietať.

Nedovoľ mi viac,  
aby som ľahostajne prechádzal okolo tých,  
ktorí zostali sami so svojím jediným krídlom,  
neúprosne zapleteným do  
pavučiny biedy a samoty,  
a vo svojom smútku uverili tomu,  
že nie sú hodní lietať v tvojom objatí.  
Pane, daj mi, prosím, pre nich jedno náhradné krídlo  
a nauč ma vznášať sa spolu s tebou  
na výšinách života, opájajúc sa vetrom –  
tvojím verným spoločníkom.\*

---

\* BELLO, T.: *Dammi un'ala di riserva. Piccoli Figli della Luce (Daj mi krídlo navyše. Malí synovia svetla)*. Milano : Editrice Meridiana, 2001, s. 11.

## BUDOVANIE MANŽELSKÉHO

### „MY“

*Keď sa muž a žena vezmú,  
začnú zdolávať horu.  
Spočiatku sa všetko zdá jednoduché.  
Čoskoro však začnú pocitovať únavu.  
Len ak vybudujú manželské „my“,  
budú schopní pokračovať vo výstupe,  
prekonávať únavu  
a vytrvalo smerovať k vrcholu.*

Manželský vzťah, akokoľvek hlboko uzdravený, potvrdený a posvätený sviatosťou manželstva, vždy zostáva krehkou skúsenosťou, rovnako krehkou ako prirodzenosť muža a ženy spolu s ich rozhodnutím a záväzkom stať sa „jedným telom“.

Nebezpečenstvo rozdelenia schopného naštrbiť, pretrhnúť, či dokonca úplne zničiť manželský zväzok predstavuje permanentne prítomnú hrozbu.

Manželia môžu dospieť až do bodu, keď sa cítia takí sklúčení a sklamaní, že už nemajú nádej na obnovu svojho vzťahu, a tak sa obracajú na „odborníkov“, ktorí im v nejednom prípade ako jediné východisko odporúčia ukončiť ho. V skutočnosti sú takéto krízy takpovediac fyziologicky zabudované do povahy samotného manžel-

stva a potenciálne sa týkajú všetkých párov vrátane veriacich.

V tejto súvislosti sa javí ako mimoriadne veľavravný jeden list od istej vydatej ženy, ktorý bol pred niekoľkými rokmi uverejnený v novinách:

Najčastejšou témou rozhovorov medzi štyridsiatničkami je frustrácia z manželského vzťahu. Všetky sme sklamané zo svojich partnerov, tak si to aspoň hovoríme. Sme sklamané samy zo seba, zo svojho partnera i zo života. Narážame na fakt, ktorý je šokujúci, ale neodvratný: láska, ktorá šialene zrýchľuje tep, netrvá večne. A tak sa z milovanej bytosti, ktorá sa vynímala na nebeskej klenbe ako anjel namaľovaný Michelangelovými farbami, stáva obmedzený pozemšťan, ktorý chrápe a vypadávať mu vlasy. Niektoré páry sa rozchádzajú, hnané zúfalou snahou začať nový život s iným človekom, zatiaľ čo iní viac či menej stoicky zotrávajú vo vzťahu. Títo ľudia sa s vervou vrhajú do práce, športu, koníčkov či blogovania, alebo sa tajne oddávajú manželskej nevere, prípadne sa uspokojia s faktickou odlukou prežívanou pod jednou strechou. Mnohí z nich sa budú aj v starobe prechádzať po vonku ruka v ruke a tí, čo ich stretnú, si budú hovoriť, že tvoria šťastný pár.

Okrem nekonečného pesimizmu, ktorý cítiť z celého listu, je jeho hlavným problematickým bodom stotožnenie lásky so zamilovanosťou spojené s presvedčením, že stav zaľúbenosti môže bez akejkoľvek zmeny pretrvávať po celý život, pričom sa prejavuje stále rovnako a exploduje s nezmenenou intenzitou.

Zamilovanosť, „ktorá rozbúši srdce ako zvon“, predstavuje začiatok lásky, charakterizovaný čarom no-

vej a krásnej skúsenosti, ktorá sprevádza každý okamih zrodu doteraz nevidanej skutočnosti, no jednako vždy zostáva dočasným zážitkom. Láska predstavuje ďalšiu fázu, a tá je už stabilná, ako zrelý vek, ktorý nasleduje po období mladosti.

## 1. Od zamilovanosti k láske

Skutočnou výzvou je teda vychovávať mladých ľudí k tomu, aby sa posunuli od zamilovanosti k láske, čiže od adolescentnej k dospeljej láske, a učiť manželské páry chápať a prežívať vzájomnú lásku ako vedomú voľbu, a nie iba ako samovoľný proces vydaný napospas voľnej hre emócií a momentálnych dojmov.

### 1.1. *Zamilovanosť sa jednoducho prihodí*

Zamilovanosť sa jednoducho prihodí, niekedy aj celkom nezávisle od slobodnej vôle jednotlivca, na spôsob akéhosi rajskeho stavu mysle („božského ošiaľu“, ako to nazval Platón), ktorý nečakane vstúpi do srdca muža a ženy ako oslnivé svetlo, čo úplne prenikne ich osoby a dá im zakúsiť:

- opojenie láskou, vzbudzujúce v človeku pocit, akoby sa zrazu ocitol v novej rajskej záhrade, kde je všetko dokonalé a jedinečné: „Budem ťa milovať večnou láskou.“ „Si moje nebo.“ „Nikdy nás nič nerozdelí.“ „Keď som pri tebe, vznášam sa v oblakoch“;
- emocionálny zážitok, ktorý rozochvieva najhlbšie vnútro zalúbencov a dáva im precitovať život tak intenzívne, akoby sa zrazu ocitli v nádhernom svete plnom snov;

- intenzívny, ale dočasný emocionálny stav, ktorý môže trvať rok, dva alebo aj dlhšie, ale nikdy netrvá neobmedzene. Ak aj pretrvá, tak určite nie v rovnakej podobe a s rovnakou intenzitou.

Zamilovanosť je síce fascinujúca, ale potenciálne v sebe ukrýva trojnásobné klamstvo: vzhľadom na seba, na milovaného človeka a vzhľadom na vzťah k nemu:

- vzhľadom na seba samého: zamilovaný človek nevidí milovanú osobu takú, aká je, ale vníma ju cez optiku zaľúbenosti a osobných túžob;
- vzhľadom na druhého človeka: zamilovaný človek má tendenciu vystupovať tak, ako si to želá milovaná osoba, pričom ukazuje to najlepšie, čo v sebe nosí, a maskuje svoje nedostatky;
- vzhľadom na vzájomný vzťah: zamilované páry sa cítia výnimočnými, dokonale rozvinutými a šťastnými až do tej miery, že nadobúdajú pocit absolútnej sebestačnosti: „Nám sa nikdy nestane, čo sa stáva iným!“

Nebezpečenstvo zaľúbenosti spočíva v tom, že zamilovaný človek si v skutočnosti nemusí vziať za životného partnera milovanú osobu, ale vlastnú predstavu, ktorú si o nej vytvoril: nie skutočného človeka, ale svoju idealizáciu.

Počas obdobia zamilovanosti sa neberie do úvahy ani tak reálna osoba druhého človeka ako skôr projekcie zamilovanej osoby, ktoré ho robia výnimočným a jedinečným; pre tieto projekcie sa zvykne hovoriť, že zamilovanosť je na jednej strane slepá a na druhej strane



vidí príliš veľa: je slepá v tom, že nevidí či nechce vidieť chyby milovanej osoby spolu so všetkým ostatným, čo by mohlo kaziť dojem z jej domnejšej dokonalosti; zároveň však vidí príliš veľa – v druhom človeku vníma vlastnosti, ktoré v skutočnosti nemá, ale chce ich v ňom vidieť, a preto ich doňho premieta.

Z hodnoverných výskumov vyplýva, že stav zamilovanosti sprevádzajú špecifické, zreteľné príznaky:

- utkvelé myšlienky, ktoré sú také silné, že človek nedokáže prestať myslieť na milovanú osobu;
- tlak pri srdci a stavy úzkosti vo chvíľach, keď sa výsledok dvorenia javí ako neistý;
- eufória, ktorá preniká do všetkých sfér života a osobnosti človeka a dáva mu pocit, „akoby sa vznášal v siedmom nebi“;
- mimoriadna vnímavosť na akýkoľvek druh komplimentov zo strany milovanej osoby a intenzívne potešenie z nich;
- neschopnosť venovať pozornosť iným ľuďom: milovaná osoba suverénne dominuje v mentálnom horizonte zamilovaného človeka;
- silná plachosť pred milovanou osobou a strach z nevhodného správania;
- opadnutie väčšiny starostí, súčasných i budúcich; všetko vrátane problémov sa zdá jednoduché a ľahké;
- zdôrazňovanie predností milovanej osoby, ktoré sprevádza prehliadanie alebo bagatelizovanie jej chýb;
- pocit, že život je niečo absolútne výnimočné, ktorý pramení z očarenia láskou a sprevádza ho presvedčenie, že nikto a nič nedokáže vyvolať nijakú krízu.

## 1.2. *Láska je voľba*

Láska je realita celkom iného druhu. Projekcie padajú. Partner sa stáva skutočným, sen sa rozplýva. Mnohé z toho, čo sa tomu druhému na ňom páčilo, zrazu prestáva byť lákavé. Človek prechádza od idealizácie k realizmu, od zamilovanosti k láske.

Ide o rozhodujúci moment: človek zrazu zisťuje, že jeho partner nie je presne taký, za akého ho považoval, a uvedomí si, že hoci stále predstavuje bohatstvo, z ktorého sa možno tešiť, zároveň s tým v sebe nosí hlbokú biedu. To v ňom vyvoláva celý rad otázok a pochybností: „Nie si tým človekom, ktorého som na začiatku spoznal.“ „Možno sme spravili chybu, že sme sa vzali; azda sme boli príliš nezrelí.“ „Nie sme šťastní, náš partnerský život je jedna veľká pretváarka.“ „Zostaňme spolu kvôli deťom.“

Tvárou v tvár problémom tohto druhu sú manželia povolaní urobiť voľbu – rozhodnúť sa pre dospelú lásku, aby mohli svojím životom sláviť skutočnosť, ktorú v nich raz a navždy spečatila milosť sviatostného manželstva. Základná výzva, ktorá pred nimi stojí, znie: pracovať na tom, aby sa ich zárodočný stav zamilovanosti rozvinul do podoby autentického vzťahu lásky, ktorý sa stane ich novou, zrelou, vedome zvolenou zamilovanosťou, čerpajúcou svoju životaschopnosť zo sily sviatostnej milosti kresťanského manželstva.

Špecifickým prvkom, ktorý charakterizuje túto fázu manželského vzťahu, je voľba: milovať totiž znamená rozhodovať sa pre druhého, a to vedome a zodpovedne.

Nejde tu o čisto spontánnny proces, aj keď spontánnnosť nie je vylúčená, ale o vedomú voľbu. Výzvou, ktorá tu vystáva, je konať tak, aby sa zamilovanosť ako zárodočný stav mohla rozvinúť do lásky:

- lásky ako schopnosti prijať druhého človeka takého, aký je, a nie takého, akého by sme ho chceli mať, prijať ho aj s jeho obmedzeniami a pomáhať mu ďalej rozvíjať jeho prednosti;
- lásky ako schopnosti rozvíjať osobnosť partnera a vzájomný vzťah (symetrický a asymetrický zároveň), v ktorom sa každý z partnerov cíti jedinečný, milovaný a oceňovaný vzhľadom na svoje skutočné kvality;
- lásky ako duchovného priateľstva, vďaka ktorému sa obaja partneri učia navzájom sa podopierať vo svojej krehkosti a spoločne rásť na živnej pôde vzájomnej výmeny citov, naplnenej obojstrannou dôverou a nežným sprisahanectvom;
- lásky ako vášnivej nehy prameniacej z vedomého rozhodnutia navzájom sa prijímať a jeden druhému sa dennodenne stávať darom, zaskočení vždy novým úžasom a očarením, a osvojovať si schopnosť permanentne obnovovať svoj manželský vzťah vzhľadom na špecifické vlastnosti a problémy jednotlivých fáz manželstva s jediným a stále rovnakým cieľom – stávať sa „jednou dušou a jedným telom“.

Zamilovanosť je na začiatku nevyhnutná, ale len láska, láska ako vedomé rozhodnutie, umožňuje, aby vo vzťahu natrvalo figurovali dimenzie „všetko“ a „navždy“, ktoré sú podstatnými prísadami vydareného manželstva.

Máme tu na mysli takú lásku, akú si vo svadobný deň uvedomele a verejne vyznávajú nevesta so ženíchom prostredníctvom trojitého „áno“:

„Rozhodli ste sa uzavrieť sviatostné manželstvo. Teraz nastáva tá chvíľa, keď Kristus Pán tu pred zástupcom Cirkvi a pred cirkevnou obcou sviatostne spečatí vašu lásku. Preto sa vás pred Bohom a Cirkvou pýtam: Je toto vaše rozhodnutie slobodné a úprimné?“

„Áno.“

„Ste rozhodnutí žiť v úprimnej láske a vzájomnej úcte po celý život?“

„Áno.“

„Chcete si založiť rodinu. Pýtam sa vás pred Bohom a Cirkvou. Ste ochotní s láskou prijať deti ako dar Boží a vychovávať ich podľa Kristovho evanjelia a zákonov jeho Cirkvi?“

„Áno.“

V týchto troch otázkach je zhrnutý celý zmysel manželstva a lásky prežívanej ako vedomé rozhodnutie. Po nich nasleduje definitívne spečatenie zväzku aktom manželského súhlasu, pri ktorom sa obaja snúbenci dávajú jeden druhému ako veľkodušný, obojstranne obšťastňujúci dar:

Beriem si ťa za manžela/manželku  
a sľubujem pred všemohúcim Bohom,  
že ti budem vernou manželkou/verným manželom  
a že ťa nikdy neopustím,  
ani v šťastí, ani v nešťastí,

ani v zdraví, ani v chorobe  
a že tá budem milovať a ctíť po všetky dni svojho života.

Milovať znamená prijímať druhého takého, aký je, a nie na základe nereálnych, zidealizovaných predstáv. Uzavrieť manželstvo znamená vziať si konkrétneho človeka a spečatiť vzťah k nemu prostredníctvom sľubu, že ho budeme milovať po všetky dni svojho života, v radoosti i v bolesti, v zdraví i v chorobe.

Erich Fromm by povedal, že je nevyhnutné prejsť od prchavej skúsenosti prvotnej zamilovanosti k trvalému stavu zamilovanosti.\*

Mnohí, žiaľ, či už pre nezrelosť, lenivosť alebo nepripravenosť nedokážu uskutočniť tento prechod a domnievajú sa, že lásku si treba užívať výlučne v jej spontánnej dimenzii ako búrlivú emóciu či intenzívny pocit.

*Láska je umenie, tak ako samotný život: ak sa chceme naučiť milovať, musíme postupovať rovnako, ako keby sme si chceli osvojiť niektoré z umení, napríklad hudbu, maľbu alebo medicínu či techniku.\*\**

Jedna vec je inštinktívne/vášnivo sa zamilovať, a celkom iná vec je prežívať lásku a byť schopní začleniť ju do spoločného životného projektu. Nebude azda táto neschopnosť uskutočniť uvedený prechod dôvodom, prečo sa toľko manželstiev, ktoré mali na začiatku tie najlepšie vyhliadky, rozpadáva v priebehu jedného či dvoch

\* FROMM, E.: *L'arte di amare (Umenie milovať)*. Milano : Mondadori, 2009, s. 15.

\*\* FROMM, E.: *L'arte di amare (Umenie milovať)*. Milano : Mondadori, 2009, s. 16.

rokov od svadby, či dokonca po pár mesiacoch manžel-  
ského života?

### *1.3. Stať sa zamilovanými manželmi*

Nebude na škodu pripomenúť si, ako sa celými dejí-  
nami Západu vinie červená niť striktného oddelovania  
mileneckého a manželského vzťahu. Milenci sa necháva-  
jú unášať tými najintenzívnejšími vášňami až po obeto-  
vanie vlastného života v mene lásky; manželia sa venujú  
– najmä ženy, aspoň v minulosti – stmelovaniu rodiny  
a starostlivosti o deti, pričom intímnu sféru – eros –  
zväčša odsúvajú do viac či menej okrajovej oblasti či do  
sféry manželskej povinnosti.

Otázka, ktorú si treba položiť, znie, či je možné mi-  
lovať manželského partnera s rovnakou vášňou, s akou  
po sebe túžili napríklad Rómeo a Júlia, a či sa to môže  
diať v manželstve – nie skrze unikanie z neho, ale prostredníctvom jeho každodenného prežívania v celom  
jeho ľudsko-emocionálno-sviatostnom bohatstve.

V tejto súvislosti sa objavujú dve protichodné myš-  
lienkové línie, pričom obe sú neprimerané: jedna sa  
domnieva, že o vydarenom manželstve možno hovoriť  
len vtedy, ak si život manželského páru zachová ce-  
loživotné vášnivé zanievanie, ktoré má stále rovnakú  
kvalitu aj intenzitu, pričom sa zabúda na to, že samotní  
Rómeo a Júlia prežívali svoj príbeh lásky len veľmi  
krátky čas a vo veľmi špecifickej situácii; druhá, nao-  
pak, považuje za nevyhnutné, aby sa pár udomácnil  
v každodennej rutine, akoby manželstvo znamenalo  
konečný bod, a nie nový začiatok, bez toho, aby bolo  
možné obnoviť dar lásky, schopnej sa ustavične zno-