

Najít si na sebe čas - Katolický týdeník

Katolický týdeník

Manželé HANA a PETR ŠKOLOUDOVI za sebou mají řadu let práce v Centru pro rodinu Ráj v Pavlovicích u Přerova. Ale ani jim se nevyhnuly těžkosti ve vztahu. Cestu z krize jim před rokem pomohl najít kurz ve slovenském centru Rodinkovo. „Ujistili jsme se, jak moc Bůh žehná manželům, když se snaží být pravdiví,“ říkají.



„I díky vlastním krizím jsme ‚dobrým materiálem‘ pro přípravy snoubenců,“ s nadsázkou říkají manželé Školoudovi. Snímek archiv rodiny

V rodinném centru v Pavlovicích působíte už řadu let. Jak jste se k této práci dostali?

HANA ŠKOLOUDOVÁ: Po našich těžkostech v prvních letech vztahu a po obrácení jsme od Boha hodně dostali. Bylo to prostřednictvím dalších lidí, organizací a odborníků, ale i z toho, co jsme prožili. Vždycky nás to někam posunulo a chtěli jsme to předávat dál.

PETR ŠKOLOUD: Zpočátku jsme se nejvíc věnovali přípravám snoubenců na manželství. Stavěli jsme na vlastním svědectví a zkušenostech z našich manželských krizí. Předávali jsme snoubencům nejen teorii, ale i praxi. A možná i proto, že se nám ty problémy pořád opakovaly a že jsme přes všechnu teorii znovu padali a zase vstávali, jsme byli „dobrým materiálem“ pro přípravy snoubenců. Nikdy jsme zkrátka nebyli ti dokonalí manželé, kterým všechno fungovalo od začátku, plujeme spíš na takových vlnách, nahoru a dolů.

U přípravy snoubenců ale většinou mluvíte k lidem, kteří moc nevědí, co je čeká. Pomáhaly vám tyto zkušenosti lépe jim ukázat, na co je důležité se připravit?

PŠ: Na začátku před těmi skoro dvaceti lety to opravdu většinou byli lidé, kteří toho spolu moc neprožili. Třeba si i říkali, že to, co jim říkáme, je zajímavé, ale někdy to šlo jedním uchem tam a druhým ven. Dnes už je to ale trochu jinak, snoubenci už vědí, jaké problémy vztahy přináší. Spousta lidí také vídá krize všude kolem sebe, u rodičů i jinde v rodině. Takže potřebovali slyšet, že i když člověk ve vztahu padá, zase se může zvednout.

HŠ: Kromě přípravy snoubenců a dalších prorodinných programů jsme v centru také začali pořádat kurzy Manželské večery, které učí dovednostem, jako udělat si na sebe čas, a to pravidelně. Pro dobré manželství je tohle jedna z nejdůležitějších věcí, společně s komunikací, která ale právě předpokládá, že manželé mají čas vyhrazený jen jeden pro druhého. Teprve tehdy můžou řešit nejen to, kdo se kdy vrátí z práce a kdo nakoupí, ale povídat si i o svých tužbách a přáních, posilovat vztah a předcházet problémům, které z nekomunikace mohou vzniknout.

Ne vždy se to ale podaří, a jedna taková krize potkala před časem i vás...

HŠ: Šlo právě o to, že jsme delší dobu nebyli schopní najít si čas jen na sebe, málo jsme se věnovali tomu, abychom společně prožívali něco i mimo práci a starosti o dítě a rodinu. Náš nejmladší syn je handicapovaný, má speciální genetický syndrom a mimo jiné je obrovsky hyperaktivní a trpí poruchou vylučování spánkového hormonu, takže jsme se posledních skoro deset let moc nevyspali. Jeho emoční úroveň zůstává na úrovni tří až čtyř let a je vzdorovitý, péče o jeho emoční rovnováhu dává zabrat celé rodině. Také pomáháme s péčí o mou babičku a tátu. No a všechno se to nějak sečetlo a dopadlo na nás.

PŠ: Když se stane, že si na sebe neděláme čas – a někdy to může být půl roku, jindy i rok a někdy stačí pár týdnů nebo měsíců –, vždycky znovu se projeví naše obrovská rozdílnost. Rozdíly mezi mužským myšlením, které se orientuje na výkon, a ženským, které staví na vztazích. Množí se hádky z nepochopení, začneme se cítit ublížení a krize je tu.

Jak se člověku žije s vědomím, že i když je jeho povoláním pomáhat druhým, aby se problémů vyvarovali, sám do nich upadá – že není pánem situace a ideálem, který druhým představuje?

HŠ: V každé krizi vidím část duchovního růstu a očišťování. Člověk to zkrátka musí přijmout jako cestu k vzájemnému obrušování a posunu. Každý to také nemusí mít tak dramatické jako my, ale u nás je to určitý způsob cesty a vidíme, že právě krizemi rosteme, a když se za čas poohlédneme, vidíme, co nám to dalo. V samotné krizi ale tohle nepomáhá, člověk se často utápí ve svých emocích a nemá sílu z toho vyjít. Pak hledám útěchu u Boha, nechám se od něj obejmout a pohladit na srdci, mluvím s ním o svém smutku. Tehdy před rokem jsem pořád jen plakala a nebyla jsem vůbec schopná s manželem mluvit, protože jsme každý byli úplně někde jinde a nedokázali jsme se k sobě z vlastních sil přiblížit.

Vám při té krizi nakonec pomohla účast ve specializovaném programu na Slovensku.

HŠ: Je to „Program pre manželov v ťažkostiach“ a nabízí ho Dům přijatia Rodinkovo v Beluškých Slatinách na západním Slovensku. Už delší dobu jsme se ho chtěli zúčastnit, protože cítíme povolání pomáhat manželům v těžkých krizích a žádná podobná nabídka v České republice neexistuje. Byli jsme tam přihlášení přes projekt Erasmus+ jako jedni z manželů z ČR, kteří tam jeli na zkušenou. Měli jsme dost zkušeností s vlastními krizemi z minulých let, ale dva měsíce před odjezdem jsme se sami dostali do těch zmíněných problémů, takže jsme se pak ocitli na stejné rovině s ostatními účastníky.

Takže nástupní podmínky jste najednou měli ideální...

HŠ: No úplně. Přijeli jsme tam v opravdu těžkém rozkladu, ale na druhou stranu jsme do toho skočili rovnýma nohama. Nesli jsme si velkou bolest, ale i velkou touhu po uzdravení našeho vztahu. Lidé se tam hodně otevírají s tím nejhorším, ale někteří se otevřou třeba až v samotném závěru týdne. My jsme zajeli na hlubinu hned a brzy jsme taky pocítovali ten návrat k sobě – během dvou, tří dní jsme byli úplně někde jinde.

PŠ: Celé to místo je fascinující. Rodinkovo je velká budova, bývalý hotel s mnoha pokoji a každý pokoj nese jméno jednoho z blahoslavených nebo svatých manželských párů. Všude v té budově člověk nachází různé stopy Boží lásky v podobě biblických citátů a podobně. Cítili jsme tam silné působení Božího Ducha. Dalo by se to možná přirovnat k některým exercičním domům, jak je máme i u nás, ale tady se věnují hlavně manželským párům a rodinám.

V čem spočíval program?

HŠ: Vzešel z Itálie, od manželů Rity a Rina Ventrigliových, kteří – ač odborníci na psychologii a sexuologii – se sami ocitli v těžké krizi a na této zkušenosti vybudovali program, který se už přenesl do více zemí. První část trvá šest dní a po půl roce následuje druhá, třídní část, ve které se staví na tom, jak lidé během těch šesti měsíců pracovali s tím, co jim dala první část. Základem je podobně jako třeba u Manželských setkání, které jsou u nás známé, sdílení párů. Těch je ve skupině kolem deseti.

PŠ: Důležité přitom je, že lidé skutečně měli prostor svobodně mluvit a nikdo jim do toho nevstupoval, aby jim třeba radil. Byly to někdy hodně bolestné příběhy, některé páry už třeba měly podanou žádost o rozvod a podobně. Každý den se lidé postupně otevírali hlouběji a hlouběji.

Mluvit o svých manželských problémech před dvaceti cizími lidmi ale není úplně jednoduché, ne?

PŠ: Někdy stačí, že člověk slyší ty druhé, a to mu pomáhá poprat se s tím, co on vyjádřit nedokáže. Od ostatních slyší, že se pouštějí do hloubky a pojmenovávají věci, to, jak se cítí a co prožívají, a to jim pak pomáhá se pohnout. Je to vlastně možnost vidět něco ze svého chování v problémech druhých lidí jako odraz v zrcadle, které nastavují.

HŠ: Sdílení je hlavně jen předstupeň toho, aby se člověk vydal na hlubinu sám u sebe a přiznal si, proč se chová podobně. Je to dobré pro to, aby si sám ty věci pojmenoval: tohle je můj problém, takhle se chovám. Třeba ani nevím proč a mrzí mě to. Druhá věc pak je projevit i bolest a zranění, které mi působí ten druhý – říct, že toto mě zraňuje, a všechno si vyřikat.

PŠ: Vlastně jde o to, své emoce nijak nepopírat, ale dovolit si je vyjádřit. Říct pravdu a slyšet pravdu, a to kultivovanějším způsobem, než když jsme spolu sami dva doma. Velkou pomocí je pak podporující prostředí, které člověka nese v modlitbě.

Co vám krize a absolvovaný kurz daly?

HŠ: Znovu jsem se ujistila, jak moc Bůh žehná manželům, když se snaží být pravdiví – každý k sobě i k tomu druhému. Na nic si nehrát a předeštit svoje emoce, zranění, potřeby. Když mají oba dva touhu dojít k uzdravení, jde vše hodně rychle. Sami jsme nechápali rychlost a proměny, které se tam odehrály.

PŠ: Důkladně jsem si uvědomil, jak obrovský je rozdíl mezi mužem a ženou, mezi jejich myšlením a jejich světy. Taky mezi člověkem a člověkem, protože každý jsme jiný a svou roli hraje i genetika a další vlivy. Hodně mi pomohlo i vědomí, že nikdo z nás nedokáže nějak zásadně měnit svou podstatu, třeba že jeden je energičtější a druhý zase klidnější. Nic z toho na sobě úplně nezměníme, ale negativní chování a nepříjemné projevy musíme kultivovat, aby partnerovi tolik neubližovaly. Proto je pro manželství důležitá úcta, v níž se snažíme ořezávat vlastní já a hledět i kolem sebe.

HŠ: Tato zkušenost nás dovedla i k tomu, že jsme se rozhodli věnovat křesťanskému koučingu manželů. Celou dobu, co pracujeme v Centru pro rodinu, jsme se nějakým způsobem věnovali poradenství manželům v krizích. Ale pochopili jsme, že poradenství je často jen slabý nástroj pomoci, a proto se teď učíme pracovat s koučováním manželských párů. Právě v tom vidíme budoucnost pro manžele v těžkostech: dát jim prostor a bezpečí, aby mohli hledat cestu pro svůj vztah a objevovat možnosti.

Existuje tedy vůbec nějaký recept na šťastné manželství?

HŠ: Ono to všechno vlastně už zaznělo. Je důležité dělat si na sebe čas, věnovat se sobě navzájem a mluvit spolu a také brát do vztahu Boha a počítat s ním. To není jen mít ho někde v závěsu, a když se náhodou něco děje, vzpomenout si na něj. Musíme se opravdu nechat Bohem vést na cestě k sobě i k partnerovi.

PŠ: Prožité zkušenosti nám ale ukázaly ještě jedno. Posílily v nás také úctu a respekt k originalitě každého manželství. Neexistuje univerzální návod pro všechny, žádná zaručená rada odborníka nebo skvělá psychoterapie pro manžela. Nejvíc záleží na tom, aby lidé sami a svobodně dokázali hledat a nekopírovali slepě rady druhých. Aby se ptali: Co můžeme my v našem manželství dělat, co máme k dispozici, aby byl pro nás život krásnější?

HANA (nar. 18. 8. 1971) a PETR (nar. 8. 5. 1967) ŠKOLOUDOVI začali v roce 2006 působit na Centru pro rodinu, které v přerovském děkanátu zřizovalo olomoucké

arcibiskupství. Od roku 2007 je Centrum pro rodinu Ráj v Pavlovicích u Přerova zapsaným spolkem, věnuje se preventivním programům na podporu rodiny. Petr po letech práce v technických oborech vystudoval charitní a sociální práci na Cyrilometodějské teologické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci (2006), Hana vystudovala v Olomouci střední zdravotnickou školu, obor dětská sestra, a mezi mateřskými dovolenými pracovala jako zdravotní sestra v domově důchodců. Po páté rodičovské dovolené začala vést Centrum pro rodinu a postupně absolvovala řadu kvalifikačních kurzů v managementu a rodinném poradenství až po křesťanský životní koučink, který s manželem absolvovali vloni také na Slovensku. Nyní pokračují ve výcviku na koučování manželských párů. Jsou rodiči šesti dětí a prarodiči šesti vnoučat.

JIŘÍ GRAČKA