

DAVID G. BENNER

PRIETENIE SPIRITUALĂ

ÎNSOȚIRE
ÎNDRUMARE
DEVENIRE

Traducere de Dana Sisoeva



Oradea, 2024

Cuprins

Cuvânt-înainte de Larry Crabb	11
PREFAȚĂ: Însotitori în călătoria spirituală	15
Mulțumiri	25

PRIMA PARTE PRIETENIA SPIRITUALĂ

1. Călătoria transformatoare	29
2. Ospitalitate, prezență și dialog	53
3. Idealurile prieteniei spirituale	71

PARTEA A DOUA ÎNDRUMAREA SPIRITUALĂ

4. Demistificarea îndrumării spirituale	101
5. Acordarea sufletului	125
6. O ilustrare a procesului	149
7. Cum să devii un îndrumător spiritual	173

PARTEA A TREIA CUM SĂ ARMONIZEZI PRIETENIA CU ÎNDRUMAREA SPIRITUALĂ

8. Însotirea spirituală în grupuri mici	193
9. Însotirea spirituală în căsnicie	217

EPILOG: Măreața chemare a însoțitorilor spirituali	241
Sugestii pentru lecturi suplimentare	243
Index	285

PREFAȚĂ

Însoțitori în călătoria spirituală

Dintre toate schimbările sociale din ultimele câteva zeci de ani, nimic nu m-a surprins mai mult decât recenta creștere a interesului pentru spiritualitate. Pentru mulți oameni din societățile occidentale, foamea după spiritual s-a ivit ca urmare a eșecului materialismului și a secularismului. Și pentru mulți dintre cei din biserici, dorința pentru o relație mai profundă cu Dumnezeu s-a ivit în solul arid al cunoștințelor despre Dumnezeu, cu prea puțină cunoaștere personală, experimentată personal în relația cu El.

Cunosc o mulțime de oameni care au pornit într-o călătorie spirituală: aparținători ai tradiției romano-catolice, care au redescoperit biserica și credința; foști atei, care frecventează cercurile de vindecare aborigene; creștini care practică meditația budistă; adepți New Age, care urmăresc întâlnirea cu sacrul; evanghelici care descoperă misticismul; romano-catolici care descoperă studiul biblic și rugăciunea de mijlocire; protestanți care descoperă liturgia și sacramentele.

În pauzele de prânz de la clinica de sănătate mintală de stat unde lucram, conversațiile se purtau pe teme obișnuite: bârfe, activitățile și planurile de sfârșit de săptămână, sport și divertisment. Mai nou însă, cea mai abordată temă este adesea spiritualitatea (pe locul doi rămân bineînțelese bârfele din clinică). Oamenii par nerăbdători să povestească, oricui

dorește să-i asculte, despre căutarea lor spirituală. Tânjesc să vorbească despre călătoria lor. Își doresc să întâlnească oameni care nu doar îi ascultă, ci le și înțeleg povestea, fiind ei înșiși într-o călătorie spirituală.

Spiritualitatea înseamnă lucruri diferite pentru acești oameni. Dar comună tuturor acestor sensuri este noțiunea de conexiune. Toți acești oameni tânjesc să fie conectați – cu Dumnezeu (indiferent cine este el sau cum este înțeles), cu ceilalți, cu ei înșiși și adesea, cu natura.

Tânjim după conectare și aceasta este o dorință fundamentală a inimii omenești. Suntem precum niște emigranți ajunși într-un loc nou, fără familie sau prieteni, și nu ne găsim locul. Se pare că am pierdut țărmlul la care puteam acosta. Sau poate că am pierdut o parte din noi înșine. Ca piesele unui puzzle, care își caută vecinii de care se leagă, tânjim după conexiuni prin care să fim asigurați că aparținem unui loc.

Dar nu tânjim numai după conexiuni la modul general. În adâncul sufletului nostru tânjim după intimitate. Vrem ca oamenii să participe și ei la viețile noastre. Vrem prieteni sufletești. Nu am fost mențiți să călătorim singuri în pelerinajul vieții. Și încercarea de a porni de unii singuri în călătoria spirituală este una extrem de riscantă.

Cu toate acestea, în mod paradoxal, în același timp ne temem de lucrul după care tânjim cel mai mult. Cum altfel am putea explica reticența noastră în a ne lăsa cunoscuți în mod autentic de către cei cu care experimentăm cea mai adâncă intimitate? Adesea se pare că ceea ce ne dorim este roada companiei, fără responsabilitatea unei intimități autentice. Și totuși, în adâncul nostru, nu suntem satisfăcuți de relațiile sigure, dar superficiale, pe care le experimentăm uneori. Sufletele noastre tânjesc după un loc de întâlnire profundă cu alți oameni. Temerile noastre pot masca în parte această dorință arzătoare, dar nu o vor stinge. Ne dorim însoțitori în călătoria noastră, însoțitori în fața cărora să ne deschidem sufletul și care să meargă alături de noi.

Definirea termenilor

Am menționat deja ambiguitatea termenului *spiritualitate*. Iar acum am introdus un alt termen la fel de ambiguu: *suflet*. Pentru că aceste două concepte sunt fundamentale pentru ceea ce vom discuta pe parcursul cărții, este important să clarific la ce mă refer prin acești termeni.

Sufletul care mă preocupă în aceste pagini nu este conceptul tehnic al teologilor și al filosofilor. Eu folosesc termenul într-un sens mai mult metaforic. Îl folosesc cu referire la persoane în totalitatea și profunzimea lor, cu accent pe viața lor interioară.

Consider că acesta este sensul cel mai apropiat de cel în care îl folosea Isus. De exemplu, atunci când spune că sufletul îi este cuprins de o întristare de moarte (Mt. 26:38), El vorbea de lumea interioară a sentimentelor și a speranței. La fel este și când promite odihnă pentru sufletele celor care vin la El (Mt. 11:29). Odihna sufletului, pe care o oferă Isus, atinge întreaga noastră ființă – la nivel fizic, spiritual și psihic – dar se concentrează în mod special pe ființa noastră interioară.

Așadar, o prietenie sufletească este o relație în care îmi aduc întreaga ființă, în special ființa mea interioară. Iar grija pe care o ofer celeilalte persoane într-o prietenie sufletească este o grijă pentru întreaga ei ființă, în special cea interioară. Prietenii sufletești caută să protejeze unicitatea și să hrănească creșterea ființei interioare a celuilalt. Ei caută să se întâlnească unul cu celălalt ca oameni întregi și să se ajute să devină oameni întregi. Ei își oferă unul celuilalt darul sacru al companiei în călătoria vieții.

Ce adaugă conceptul de spiritualitate la toate acestea? Folosesc termenul *spiritualitate* pentru a mă referi la conștientizarea și răspunsul unei persoane în fața Divinității. În baza acestui fapt, voi susține că a fi uman înseamnă a fi spiritual. Cu toții avem o anumită conștientizare

a realității lui Dumnezeu. Ne deosebim numai prin gradul acesteia și natura răspunsului pe care îl oferim. Cu toții ne confruntăm cu provocarea inevitabilă de a ne desfășura existența în relația cu Dumnezeu. Aceasta este spiritualitatea noastră; e ceea ce ne face să fim umani.

Spiritualitatea creștină este, desigur, ceva mult mai specific. Ea presupune *exercitarea trăirii noastre* în contextul credinței și al comunității creștine. Mai precis, este vorba de relația profundă cu Dumnezeu, relație care există când duhul omului este înrădăcinat în Duhul lui Dumnezeu. Spiritualitatea nu este creștină dacă nu este centrată pe Duhul. Spiritualitatea creștină este răspunsul nostru dat Duhului. El este Cel care inițiază și călăuzește parcursul creștinilor.

Pentru noi, creștinii, călătoria spirituală se află în centrul călătoriei umane. Noi credem că împlinirea supremă a umanității noastre se găsește în unirea cu Dumnezeu, prin Hristos. De aceea, nimic nu este mai important decât descoperirea și realizarea sinelui unic în Hristos, care este destinul etern al fiecăruia dintre noi. Aceasta este esența spiritualității creștine.

Prieteni spirituali. Dacă faci progrese semnificative în călătoria transformatoare a spiritualității creștine, ai unul sau mai mulți prieteni, care te susțin în această călătorie. Dacă nu îi ai, nu vei progresa. Este atât de simplu.

Prieteni spirituali contribuie la dezvoltarea sufletului celuilalt. Dragostea lor se manifestă printr-o dorință ca celălalt să țințească să devină tot ceea ce a fost destinat să fie. Iar ceea ce prietenii își oferă unul altuia, ca răspuns la această tângire, nu este un ajutor de specialitate. Nu este nici o expertiză profesională. Mai degrabă, fiecare se oferă pe sine și compania lui în călătoria transformatoare a spiritualității creștine.

Prieteni spirituali sunt prieteni sufletești. Aceasta înseamnă că ei au grijă unul de celălalt ca oameni întregi, nu doar ca ființe spirituale.

Prietenii sufletești devin prieteni spirituali când caută să se ajute unul pe celălalt să-L urmeze pe Dumnezeu și să răspundă chemării Lui. În cele ce urmează, mă voi referi în general la *prietenii spirituali*. Cu toate acestea, voi folosi termenul *prieteni sufletești* când voi dori să subliniez aspectele de bază ale purtării de grijă pentru alții, în profunzimea și totalitatea lor, și *prieteni adevărați* când vreau să subliniez natura ideală a acestor relații.

Peste tot în jurul nostru există un potențial nedetectat pentru prietenia spirituală: nu doar în bisericile noastre, ci de asemenea și în casele noastre, la locurile de muncă și în comunitățile în care trăim. În mod tragic, cei care caută asemenea prietenii adesea nu reușesc să vadă posibilitățile care deja există în viața lor. Ei nu reușesc să vadă în partenerul de viață un potențial suflet pereche, ci văd în el doar un soț sau o soție sau un partener în creșterea copiilor. Ei ratează posibilitatea unei prietenii spirituale autentice cu copiii lor, înțelegându-și rolul în termeni de supraveghere și educație, nu de companie. Alți oameni sunt considerați neeligibili, pentru că nu par a fi ca ei.

Prieteni, soți și membri ai familiei – cu toții au oportunități de a-și oferi unul altuia companie autentică în călătoria spirituală. În vreme ce aceste forme de prietenie spirituală diferă în multe feluri de relația mai formală și mai ordonată a călătoriei spirituale, vom vedea că ele au multe în comun cu aceasta. În mod ideal, ele de asemenea formează nucleul dinamic al bisericii. Comunitățile spirituale sunt, la urma urmei, pur și simplu rețele de prietenii spirituale.

Îndrumare spirituală. A doua formă de prietenie sufletească pe care o vom examina este îndrumarea spirituală, care este mai structurată și mai puțin reciprocă decât prietenia spirituală.

Îndrumarea spirituală a fost recent descoperită de un număr mare de credincioși protestanți și adesea se face referire la ea în termeni ca

mentorat, ucenicie sau călăuzire spirituală (toți aceștia descriu forme ușor diferite, însă foarte asemănătoare de prietenie). Dar este mai potrivit să descriem această creștere a interesului ca pe o re-descoperire, decât ca pe o descoperire. Îndrumarea spirituală este o formă străveche de îngrijire creștină a sufletului, practică încă din primele zile ale Bisericii, nefiind vreodată abandonată. Doar că sectoare mari ale Bisericii creștine și-au uitat moștenirea.

În forma sa clasică, îndrumarea spirituală este o relație unu la unu, organizată în jurul rugăciunii și al conversației direcționate spre adâncirea intimității cu Dumnezeu. După cum vom vedea, îndrumătorii spirituali nu sunt experți, nici nu oferă direcționare. Ei nu urmăresc un curriculum standard și nici nu implementează un program pregătit dinainte. Mai degrabă, ei călătoresc alături de alții care, la fel ca ei, sunt angajați în procesul de transformare spirituală în Hristos. Și, cel mai important, ei caută să-i ajute pe cei alături de care călătoresc, să discearnă prezența și călăuzirea Duhului lui Dumnezeu, a Celui pe care Isus ni l-a trimis ca adevăratul nostru Îndrumător spiritual.

Însoțitori sacri. A-i desemna pe îndrumătorii și prietenii spirituali ca fiind „însoțitori sacri” înseamnă a remarca modul în care ei ne ajută să devenim mai conștienți de prezența sacrului. Darul suprem pe care cineva îl poate oferi cuiva este acela de a ajuta acea persoană să-și trăiască viața mai conștientă de prezența lui Dumnezeu. Însoțitorii sacri ne ajută să ne amintim că aceasta este lumea Tatălui nostru. Ei ne ajută să-I auzim vocea, să conștientizăm prezența Lui și să vedem urmele Lui, în umblarea vieții noastre. Ei ne însoțesc în călătoria considerată sacră, nu prin prezența lor, ci prin prezența lui Dumnezeu. Astfel, ei o transformă într-o călătorie sacră. Prin aceasta, ne ajută să trăim cu o conștientizare mai intensă a sacrului.

Perspectiva personală

Înainte de a începe o explorare a acestor forme de tovărășie spirituală, aş vrea să spun câteva cuvinte despre felul în care eu, ca psiholog clinician, am ajuns să scriu o carte despre îndrumare şi prietenie spirituală.

Deşi de multă vreme sunt interesat de interacţiunea dimensiunilor psihologice şi spirituale ale sufletului, până de curând accentul cercetărilor şi al scrierilor mele a fost mai degrabă pe dimensiunea psihologică, decât pe cea spirituală. Cele mai multe dintre cărţile mele anterioare sunt despre consiliere sau psihoterapie. Deşi toate se concentrează pe aspectele spirituale, ca dimensiuni importante ale unor astfel de activităţi clinice, ele se adresează în primul rând profesioniştilor.

Sub nicio formă nu întorc spatele consilierii sau disciplinei mele profesionale, psihologia clinică. Rămân profund convins de valoarea psihologiei, nu doar ca unealtă a schimbării, ci şi ca ajutor în înţelegerea dinamicii sufletului. De asemenea, rămân profund dedicat formării consilierilor şi psihoterapeuţilor şi ofer servicii terapeutice eu însumi.

Cu toate acestea, sunt îngrijorat de abordarea predominant terapeutică a îngrijirii sufletului în cultura bisericii şi a societăţii zilelor noastre. Am încredinţat experţilor grija pentru viaţa noastră interioară, experţi care îşi înţeleg rolul mai ales în termenii rezolvării problemelor şi terapiei. Dar îngrijirea terapeutică a sufletului nu ar trebui să devină tiparul îngrijirii creştine a sufletului. Nici nu ar trebui să se bazeze pe profesioniştii din domeniul clinic pentru a oferi cea mai mare parte a unei astfel de îngrijiri.

În vreme ce consilierii şi terapeuţii au un rol important în restaurarea armoniei pierdute, prietenii şi îndrumătorii spirituali joacă un rol la fel de important în a-i ajuta pe cei din jur să devină ceea ce sunt destinaţi să fie. Nădăjduiesc că latura terapeutică predominantă a îngrijirii creş-

tine a sufletului va fi echilibrată tot mai mult de cea spirituală, în măsura în care tot mai mulți se dăruiesc pe ei înșiși în relații de companie sacră. Îngrijirea sufletelor este mult prea importantă pentru a fi lăsată pe seama profesioniștilor clinici.

Pasiunea unui amator

Despre prietenie și îndrumare spirituală scriu ca un amator, nu ca un profesionist. Nu dețin acreditări oficiale în acest domeniu și nici nu am pretenții că sunt expert.

Ceea ce știu despre prietenia și îndrumarea spirituală am experimentat în călătoria alături de prietenii mei credincioși. De asemenea, am fost binecuvântat peste măsură prin expunerea la procesul de îndrumare spirituală: prin câteva experiențe personale, prin lectură și o instruire modestă, dar și prin ghidarea altora, timp de câțiva ani. Aceste experiențe nu m-au făcut un expert. Cu toate acestea, ele mi-au alimentat pasiunea pentru compania spirituală. Această carte se bazează pe aceste experiențe. Amatorii fac ceea ce fac din pasiune. Voi descrie exact ceea ce simt cu privire la valoarea inestimabilă a darului prieteniei și îndrumării spirituale.

În ultimii ani, biserica a fost tragic marginalizată, ca sursă a îngrijirii sufletului. Apariția culturii terapeutice, care a dominat Occidentul în ultimul secol, a condus la o separare artificială a aspectelor psihologice și spirituale ale omului. Acceptarea acestei distincții a făcut ca biserica să fie considerată relevantă doar pentru latura spirituală a persoanei. Sunt foarte îngrijorat de această abordare și de două decenii sunt implicat în munca de a o inversa.

Dacă biserica va fi restabilită la locul ei de relevanță și proeminență în sprijinirea îngrijirii și vindecării sufletelor, noi trebuie să-i echipăm

și să-i încurajăm pe oameni să se ofere pe ei înșiși altora, în relații de prietenie sufletească și companie spirituală. Iar această acțiune îi va include în continuare și pe consilieri. Va fi nevoie de mulți îndrumători spirituali bine pregătiți. Dar, de asemenea, va fi nevoie și de părinți, soți și prieteni, care nu se mulțumesc cu nimic mai puțin decât cu o prietenie spirituală autentică, după care tânjesc ei înșiși. De asemenea, este nevoie de bătrâni, lideri de grupuri mici și alți oameni, care înțeleg cum să combine relațiile, în așa fel încât să faciliteze cât mai mult creșterea spirituală. Angajamentul de a sprijini aceste eforturi stă la baza motivației de a scrie această carte.

Vă ofer această carte, cu rugăciunea ca ea să fie folosită de Dumnezeu pentru a ridica o armată de oameni pregătiți să-i acompanieze pe alții în călătoria lor spirituală. Cu alte cuvinte, aș vrea să aduc o schimbare. În acest scop, am inclus întrebări pentru reflecție și discuții, la sfârșitul fiecărui capitol. Adesea, simpla citire a cărții este insuficientă pentru a produce o schimbare în conduită. Reflecția într-o atitudine de rugăciune și discuțiile cu ceilalți întotdeauna ajută la înțelegerea implicațiilor a ceea ce citim și la pregătirea pentru orice schimbări inspirate de Duhul. Sper, deci, că aceste oportunități de reflecție vor fi utile oamenilor și grupurilor care citesc cele ce urmează.

Prima duminică a Postului Mare

Kuala Lumpur, Malaysia