

Izvirni znanstveni članek (1.01)  
*Bogoslovni vestnik* 78 (2018) 1,209—218  
 UDK: 159.942:27-46  
 Besedilo prejeto: 07/2017; sprejeto: 07/2017

*Barbara Simonič*

## **Nežnost in njen pomen v medosebnih odnosih in v pastoralni**

*Povzetek:* Nežnost lahko opredelimo kot tisto najgloblje v človekovi naravi, ki zveni kot nekaj krhkega, vendar ima moč, da neguje, skrbi, daje varnost in tolaži, s tem pa krepi in omogoča rast. Nežnost je spremljevalka našega življenja, potrebujemo jo od zibelke do groba. Samo v navzočnosti nežnosti je v odnosih (do samega sebe, med ljudmi in v odnosu z Bogom) navzoča mehkoča, ki daje dovolj varnosti, da se lahko resnično srečamo, začutimo in povežemo v najbolj skritih in globokih dimenzijah našega doživljanja in tako rastemo dalje. Papež Frančišek nežnost velikokrat izpostavlja in poudarja njen pomen v pastoralni skrbi za družine in za posameznike, še posebno v srečevanju z najbolj ranljivimi. V prispevku je predstavljeno psihološko razumevanje nežnosti v povezavi z nekaterimi sorodnimi koncepti. Prikazani so izkustveni vidiki in pomen nežnosti v medsebojnih odnosih, zlasti v zgodnjem obdobju človekovega razvoja, orisani so nekateri izzivi, ki nežnost lahko ovirajo, obenem pa so dani nekateri poudarki za vključevanje nežnosti na področju pastore.

*Glavne besede:* nežnost, ranljivost, človekov razvoj, papež Frančišek, pastoralna

### ***Abstract:* Tenderness and its Meaning in Interpersonal Relationships and Pastoral Care**

Tenderness sounds like something fragile, but it has the power to nurture, care, provide security and comfort, it strengthens and enables growth. Tenderness is a companion of our lives from cradle to grave. Only in the presence of tenderness in relations (to oneself, between people and in the relationship with God) there is a softness that gives us enough security to be able to truly meet, feel each other and connect in the most hidden and deepest dimensions of our experience, and thus grow further. Pope Francis emphasizes tenderness and its importance in pastoral care for families and individuals, especially in the encounters with the most vulnerable ones. This article presents a psychological understanding of tenderness in correlation with some related concepts. The experiential aspects and importance of tenderness in interpersonal relationships are presented, with special attention on early period of human development. We outline some challenges that can obstruct tenderness, and at the same time some emphasis is placed on the inclusion of tenderness in the pastoral care.

*Key words:* tenderness, vulnerability, human development, Pope Francis, pastoral care

## 1. Uvod

Sodobna znanstvena spoznanja potrjujejo, da so medosebni odnosi prostor ne-nehne rasti in razvoja vsakega posameznika (Gostečnik et al. 2009, 496). Zato ni vseeno, kakšni ti odnosi so. Grobi, površinski odnosi ustvarjajo ozračje strupenosti in zavirajo razvoj, medtem ko globoki, pristni in sočutni odnosi omogočajo zdrave socialne temelje razvoja človeške osebnosti. Rast spodbujajoče odnose omogoča tudi navzočnost nežnosti.

»Nežnost« je težko definirati, a vendar se ob tej besedi v nas prebudi neki globok odziv, ki ga v svojih telesih čutimo kot toplino, prijetnost, mehko. Nežnost je prijetno pozitivno čustvo (Shaver et al. 1987, 1079). V človekovi naravi prebujajo globino, ki jo je težko ubesediti, čutimo pa, da ima moč, da neguje, daje varnost in tolaži, krepi in omogoča rast (Rebula 2011). Nežnost je namreč pozitivno povezana z občutki zaščitniške drže in z željo po zagotavljanju blaginje pri drugem. Pri tem je treba poudariti, da nežnost ni narejena sladkobnost, vsiljivost, naivnost in izumetničenost, o njej ne moremo govoriti, če ni pristna – resničen odziv nežnosti ne more biti umetno ustvarjen, ampak je avtomatičen (Kalawski 2010, 161). In kadar je navzoča pristna nežnost, se v odnosih vedno nekaj spremeni in je drugače, kakor bi bilo ob njeni odsotnosti.

Nežnost je v današnjem svetu, ki je s svojimi zahtevami večkrat grob, še pred posebnim izzivom. Družbeni in gospodarski ritem nas sili v naglico, nalagajo se številni opravi, pri tem pa moramo biti uspešni in učinkoviti. Nenehni ritem pritiskov utruja in jemlje vitalnost, človek postaja vedno bolj razosebljen. (Collins 1995, 5) V takšnem svetu nežnost ni nekaj učinkovitega ali zaželenega, saj se v ospredje kot lastnosti uspešnosti postavljajo čvrstost, moč, odločnost, učinkovitost in samozadostnost. Pri tem se krepi tudi pretirani individualizem in subjektivizem, ki pomenita vedno večjo krizo zahodne civilizacije, saj povečujeta posameznikovo avtonomijo nad skupnim dobrim in nad dobrim in dostojanstvom drugega. (Bahovec 2015, 339) Individualistična družba visoko vrednoti samozadostnost in samostojnost in s tem povzroča ovire v osnovnem navezovanju človeških stikov. V takšnih družbah prevladujejo medsebojno tekmovanje, zavist in sovraštvo, to pa je v nasprotju s kulturo nežnosti, v kateri prevladujejo naklonjenost, mehko in ljubezen. (Alperin 2001, 139) Pa vendar – hrepenenje in potreba po nežnosti ostajata. Težko je živeti brez tega, da bi nežnost prejemali, pa tudi brez tega, da bi jo podarjali dalje. Torej lahko rečemo, da je nežnost, kljub drugim težnjam, zapisana globoko v našo naravo.

Papež Frančišek nežnost veliko neposredno in posredno (npr. v povezavi z usmiljenjem, ljubeznivostjo, sočutjem ipd.) omenja v pastoralni skrbi za družine in v različnih drugih kontekstih, predvsem pa pri srečanjih z ranljivimi in tudi drugače mislečimi posamezniki (Slatinek 2017, 133). O njej v posinodalni apostolski spodbudi Radost ljubezni (*Amoris laetitia*) pravi: »Privede nas do tega, da pred človekom tako rekoč drhtimo z neizmernim spoštovanjem in določenim strahom, da ga ne bi prizadeli ali mu vzeli njegovo svobodo.« (Frančišek 2016, tč. 127) To je torej izjemen čut in spoštovanje intimne in najgloblje v človeku, se pravi, njegove ose-

be, ki je sveta. Nežnost lahko razumemo kot izjemno sredstvo za dostop do človeške osebe in do njenega dostojanstva. V luči te drže je smotrno gledati na vse, kar je zapisano v apostolski spodbudi in tudi v drugih delih in misli papeža Frančiška.

## 2. Nežnost in njen pomen

Nekateri avtorji (Kalawski 2010, 166) nežnost uvrščajo med osnovna čustva, ki so nekako temeljna in nezamenljiva z drugimi, saj imajo skozi evolucijo pridobljeno značilno nevrobiološko podlago in vključujejo komponento le temu čustvu specifičnega občutenja in le zanj značilne izrazne in vedenjske elemente (Izard 2007, 261). Torej je nežnost osnovno čustvo, ki ima specifične izrazne signale, fiziologijo, aktivira se avtomatično in spontano na specifične dražljaje, navzoča je tudi v drugih primatih, spremljajo jo zanjo značilne misli, spomini, podobe, pri posamezniku pa pušča vtis pomembne subjektivne izkušnje (Ekman 1999, 56). Na telesni ravni nežnost pomeni unikaten vzorec procesov, ki ga v takšni kombinaciji ne srečamo drugje. Nežnost je povezana s posebnim vzorcem dihanja, z držo telesa in z obraznim izrazom, ki se razlikujejo od veselja, žalosti, jeze, strahu ali spolnega vznurjenja. Še zlasti dihanje ima poseben vzorec, saj je pri stanju nežnosti počasno, ima neenakomeren ritem, vdih in izdih sta skozi nos, pred izdihom pa nastopi kratka pavza. Splošni mišični tonus je sproščen, nagnjeni smo rahlo naprej, glava je obrnjena rahlo postrani. Na obrazu je rahel nasmeh, pogled je direktno usmerjen na drugega. Medtem ko veselje, jeza, žalost in strah ter spolno vznurjenje povišajo srčni ritem, ga nežnost znižuje. (Bloch, Lemeignan in Aguilera 1991, 141) Na kemični ravni so ključni nevromodulatorji v procesih nežnosti: oksitocin, prolaktin, dopamin in opiodi, ki jih imenujemo tudi »hormoni sreče« in so vzajemno navzoči v obeh, v tistem, ki je nežen, in v tistem, ki mu je nežnost namenjena. Te snovi krepijo naš psihofizični sistem in prispevajo k zdravju in razvoju, saj so direktno povezane z ravnim hormonom in vplivajo na številne procese v telesu. (Gerhardt 2004, 41–42) Zaradi teh procesov v našem telesu nežnost deluje prijetno, toplo, pomirjajoče in zdravilno. Vliva nam moč, radost, zaupanje, trdnost in stabilnost. V njeni navzočnosti je varno. Daje nam občutek, da smo ljubljene, varni in sprejeti takšni, kot smo.

Nežnost tako omogoča pretanjen posluš za vse tiste dimenzije v človeku, ki negujejo, tolažijo, krepijo in omogočajo rast, saj ustvarja okolje varnosti. Nežnost je pozitivno povezana z občutki zaščitniške drže in z željo po zagotavljanju blaginje pri drugem (Kalawski 2010, 161). Lishner (2003, 73) je ugotovil, da je dražljaj, ki spodbudi vznik nežnosti, prepoznavanje ranljivosti in krhkosti drugega. Nežnost je povezana z držo skrbnosti, ki zagotavlja dolgotrajnejšo podporo ob prepoznani ranljivosti (Lopez-Perez, Sanchez in Parkinson 2017, 114). Navzoča je torej v trenutkih, ko se aktivira čustveni sistem, ki je povezan s skrbjo in nego (Kalawski 2010, 160), to pa je daleč od pojmovanja, da je nežnost le neka sentimentalnost. Seveda je skrb mogoča tudi brez nežnosti, vendar le v navzočnosti nežnosti lahko go-

vorimo o kontekstu, ki omogoča veliko več kakor le to, da tehnično poskrbimo za potrebe drugega. Nežnost odpira srca, dela dialog in odnos mogoč, pomaga rasti, graditi in ceniti; to je mogoče prepoznati tudi v njenem etimološkem zaledju, saj izhaja iz besednih oblik »nagniti se k drugemu«, »ustvariti gostoljuben prostor za drugega«. Brez nežnosti ni resnične ljubezni, usmiljenja, miline. Med ljubeznijo in nežnostjo je recipročen odnos – ena brez druge ne moreta obstajati, saj je nežnost brez ljubezni izumetničenost, ljubezen brez nežnosti pa je brezosebnost. Nežnost je v kontekstu ljubezni čustveni vznik, ki pomeni skrbno in negujoče vedenje (Frida 1986, 83). Kot takšna ustvarja resničen in pristen stik in odnos, ki v trenutkih ranljivosti in krhkosti prinaša dovolj varnosti za resnične spremembe.

Nežnost je pomembna spremljevalka našega življenja, potrebujemo jo »od zibelke do groba«. Samo v navzočnosti nežnosti je v odnosih (do samega sebe, med ljudmi in v odnosu z Bogom) navzoča mehkoča, ki ne pomeni trdosti in grobosti in ki daje dovolj varnosti, da se lahko resnično srečamo, začutimo in povežemo v najbolj skritih in globokih dimenzijah našega doživljanja ter tako rastemo dalje (Simonič 2014, 64). Navzoči sta pristna globina in vzajemnost, ki pomenita dodano vrednost v odnosih.

### 3. Razvojni vidiki nežnosti

Nežnost je navzoča v našem življenju od rojstva dalje, še posebno v trenutkih krhkosti in ranljivosti, ki so ključni trenutki našega razvoja (Schore 1994, 16–18). Samo v navzočnosti nežnosti in z vidikov, povezanih z nežnostjo, je mogoč zdrav in primeren razvoj otroka. V temelju božjega načrta je, da se svet razvija, raste k večjemu dobremu, se izpopolnjuje, napreduje, to pa je mogoče samo tako, da se ustvarjena bitja med seboj podpirajo in so medsebojno povezana. (Farley 1996, 304–305; Poljanec in Simonič 2012, 121) Tudi otrok na svet pride »nedokončan« in krhek in kliče po nežnosti, to pa ima svoj namen – to ni navadna nemoč, ampak je nujna »oprema«, s katero aktivira odrasle, da se nanj odzovejo in mu tako omogočijo razvoj in dozorevanje še nedokončanih (psihičnih) struktur, predvsem tistih, ki se razvijajo v odnosih. Že od rojstva dalje smo usmerjeni k iskanju varnosti in k vzpostavljanju navezanosti, in to ne na kakršenkoli način; stanje krhkosti in ranljivosti otroku omogoča pri odraslem aktivacijo nežnosti, ki je brez navzočnosti in prepoznavanja ranljivosti verjetno ne bi bilo. (Stern 2004, 97–105) Ta nežnost, ki se v skrbniku prebudi ob dojenčku, pa ni le pomilovanje in usluga otroku, ampak je nujen pogoj, da otrok sploh lahko primerno raste in se razvija.

Otrok potrebuje odraslega in njegove odzive (pri tem je pomembna kakovost teh odzivov) za svoj razvoj in tudi za preživetje (Bowlby 1982, 23–24). Skozi evolucijo se je tako pri ranljivem otroku razvil sklop vedenja in značilnosti, s katerimi pritegne pozornost odraslega na svojo ranljivost, se nanj naveže in si s tem zagotovi njegovo bližino. Jok je, na primer, tipično vedenje navezanosti in ima z evlucijskega vidika preživetveno funkcijo. Jok bi bil prej ovira kakor prednost, če se skrbnik (navadno so to starši) nanj ne bi odzval, saj privlači tudi plenilce. Jok je

prednost samo zato, ker ponavadi pritegne skrbnika hitreje kakor pa plenilca. Zato ranljivi lahko preživi, ker dobi zaščito. (Bell 2001, 226) To je torej vedenje, ki v odraslem spontano in avtomatsko prebuja nežnost in s tem odzivnost. Vse to otroku pomaga vstopiti v interakcijo in se navezati na skrbnika, hkrati pa skrbniku pomaga, da otroka opazi, da se mu otrok prikupi s svojo krhkostjo, nežnostjo in prisrčnimi pogledi, to pa zagotavlja prostor varnosti ter fizične in psihične zaščite (Folden Palmer 2007, 41), ne pa brezbriznosti in odvečnosti.

Aktivacija nežnosti torej zagotavlja neki odziv, za katerega pa ni vseeno, kakšen je. Kadar je vez med očetom ali materjo in otrokom negovana z ljubeznijo, nežnostjo, pomeni zdrav in trden temelj za otrokovo rast in razvoj, oblikovanje njegove samopodobe, vpliva na prihodnost ali celo usodo otroka. Torej ne le fizično preživetje, tudi primeren psihični razvoj brez ljubečega odraslega ni mogoč. Brez odraslega se otroški možgani sploh ne morejo v polnosti razviti. Ta razvoj se začne ob rojstvu in je v prvih treh letih najhitrejši. (Gerhardt 2004, 19–25) V strukturo možganov se kot mentalni modeli zapisujejo emocionalne izkušnje z drugimi ljudmi. Glede na te modele se oblikujejo pričakovanja, ki jih ima posameznik v odnosu z drugimi ljubljenimi osebami pozneje v življenju. (Schore 2003, 18–19) Otrok torej rabi ta varni prostor nežnosti, ne grobosti. Predvsem pomemben je občutek, da je viden, torej ne le, da ga je nekdo pogledal in opazil, ampak da ga je zares videl. Ta občutek avtorji imenujejo »biti spoznan« (Beebe et al. 2012, 266) oziroma »občutek, da si občuten« (Siegel 2014, 49) (v pomenskem jeziku nežnosti bi lahko rekli, da je skrbnik za otroka naredil gostoljuben prostor v sebi). Zato je pomembno, kakšni ti odzivi so. Otrok namreč začne iz odzivov, ki jih imajo drugi nanj in so zanj kakor neke vrste zrcalo, graditi svojo podobo in vrednost (Winnicott 1971, 64). Otrok ob skrbniku, očetu ali materi, ki je nežen, nanj uglaščen, odziven, ljubeč, pozoren in rahločuten, ki pa kljub vsemu stoji za svojimi prepričanji, čuti sprejetost, iz teh odzivov razvija samozavedanje in podobo o sebi. Zato je pomembno, da so odnosi ljubeči, nežni in sočutni, ne pa trdi, mehanski, morda celo naveličani ali zanemarjajoči. (Siegel 2015, 203–205) V tem kontekstu lahko rečemo, da je pomembneje, kako skrbnik nekaj dela, kakor pa samo, kaj dela. V odzivih (ne le da so, pomembno je tudi, kakšni so) namreč otrok razbere, kaj pomeni za druge: ali je sprejemljiv s svojimi potrebami ali pa odveč (Winnicott 1986, 22–23).

Starši, ki resno vzamejo otroka v tem, kakršen je in kar doživlja, ki zaznajo njegovo stisko, tudi če se njim morda zdi, da zanjo ni razloga, mu s tem dajejo občutek varnosti v svetu, obenem pa tudi občutek, da je viden in slišan (Gostečnik et al. 2011, 269–270). Če ima otrok nežen in zanesljiv, varen temelj, od koder bo lahko odhajal v svet, in če ima v stiski varno in nežno zatočišče, kamor se bo lahko zatekel, da bo potolažen, bo zgradil v sebi občutek trdnosti in varnosti (Bowlby 1982, 200–205). Enako se ponavlja v odraslih intimnih odnosih (Hazan in Shaver 1987, 511–512), v katerih ima nežnost prav tako velik pomen.

Nežni odzivi so del intime; pri tem imamo v mislih ne le spolne, ampak tesne prijateljske in partnerske odnose, intimen je tudi globok in oseben odnos z Bogom. Intimo bi lahko opredelili kot sposobnost, deliti ranljivost (Gostečnik 2010, 257; Marar 2014, 20–21), saj govorimo o bližini, ki dovoljuje tudi razkritje najbolj skri-

tih želja, strahov, upov in stisk. Intima tako pomeni sposobnost, izkušati odprt, spodbujajoč in varen odnos z drugo osebo, brez strahu pred izgubo svoje identitete (Erikson 1968, 137). To globoko ranljivost je mogoče deliti le v navzočnosti nežnosti in mehko, ki dajeta dovolj varnosti. Če tega ni, je najpogostejša reakcija, da se človek umakne in skriva ter tako ostane sam (Johnson, Makinen in Millikin 2001, 145–146), to pa ni odnos, ki bi omogočal rast.

Tudi v relaciji med Bogom in človekom je veliko elementov nežnosti. Nežen in mil je sam začetek odrešenja, saj je Odrešenik prišel na svet kot krhek otrok, ki v nas prebujajo občutke nežnosti, ko ga zremo v jasliah v božični noči. Nežnost je tako del odrešenjske zgodovine in v povezavi s tem je smiselno reči, da nežnost v odnosih »odrešuje« tudi naše globine (navzočnost nežnosti v odnosu omogoča tudi nove in drugačne oblike odnosov in doživljanja, ki presegajo stare in boleče vzorce, to pa vodi v novo življenje v drugačni polnosti in ustvarjalnosti) (Gostečnik 2007, 67–71). Tudi na ravni osebnega religioznega izkustva je v skrajnem principu odnos s Presežnim vedno nekaj nežnega. Ko smo v stiski, ranljivi, se zatečemo k Bogu. Bog je kakor skrbnik: nežno in varno zatočišče je in temelj, kamor lahko vedno pridemo po oporo in nato odidemo opogumljeni in spremenjeni v svet. (Kirpatrick 2015, 61–66; Simonič in Rijavec Klobučar 2016, 1651)

#### 4. Nežnost in ranljivost

Nežnost je torej neizogibno povezana z ranljivostjo (Lishner et al. 2011, 614). Ranljivost ima navadno negativen prizvok in pomeni stanje ranjenosti ali prizadetosti, ogroženosti ali primanjkljaja pri drugi osebi (Scheinkman in DeKoven Fishbane 2004, 281). Obstaja pa še drug, relacijski vidik ranljivosti, ki se kaže kot temelj resnične intimne. Ranljiva oseba je lahko pripravljena na močan čustveni angažma in se na dinamiko odnosa odziva pristno in iskreno, s tem pa tvega in se razgali, in vendar odpira pot do sebe in do drugega. V tem primeru je ranljivost pozitivna, saj pomeni zavestno pripravljenost, da bomo vplivani od drugega, pri tem pa upamo, da ne bomo dodatno ranjeni. (Leroux, Sperlinger in Worrell 2007, 316) Pristni in globoki odnosi torej vedno vključujejo razkrivanje in deljenje ranljivosti.

V jedru ranljivosti je vedno neko razkrivanje nepopolnosti, s tem pa sta velikokrat povezani dve čustvi: strah in sram oziroma strah pred osramočenostjo. Sram ljudje doživljamo kot izrazito negativno in nezaželeno občutje in ga najteže prenašamo, saj je to splošno negativno doživljanje samega sebe kot neprimerne, neustreznega, nezaželenega in nevrednega. S tem je povezana izguba spoštovanja do samega sebe, občutje ponižanosti, osramočenosti ali zmanjšane vrednosti samega sebe. Zato to čustvo spremlja zelo močna težnja, da bi se posameznik temu stanju izognil, da bi se skrival pred drugimi in pred samim seboj, da bi izginil ali celo nehal obstajati. (Cvetek 2014, 79–80; Tognacci 2016, 464–465) Govorimo torej o strahu pred (psihično) razgaljenostjo in s tem o strahu, da bomo zaradi tega izgubili stik z drugimi. Obrambna reakcija, ki izvira iz tega strahu, je velikokrat napad na druge ali pa nepristnost in prikrivanje ranljivosti ter zanihanje odgovornosti (Bradshaw

1995, 29–30). Ranljivost tako izhaja iz človeku prirodne potrebe, da pripada in ima odnos. Ker smo izpostavljeni odzivu drugega in temu, ali bomo sprejeti, in to tudi takrat, ko smo (ali ko se počutimo) neprimerni, smo ranljivi. (Brown 2010, 19–21)

S sramom kot takšnim ni nič narobe, postavlja meje in ima zato prilagoditveno vlogo, saj ustavlja vedenje in razmišljanje, zaradi katerih bi skupnost lahko posameznika zavrnila (Cvetek 2014, 81). Pomembno pa je, kako se posameznik na svoj lastni sram odzove, da je ta odziv primeren in ne pomeni skrivanja in prekinitve stika. Vprašanje je torej, kako »preživeti« sram. To je mogoče le s pogumom, ko se oseba ne boji več deliti občutij poraza, ko odkritosrčno sprejme svojo nepopolnost in ranljivost ter jo deli z drugimi, tudi če je resnica te nepopolnosti boleča. Vendar pa mora zato biti izpolnjen pogoj: na drugi strani mora biti nekdo, ki si je zaslužil »pravico«, da mu nekdo razkriva svojo ranljivost. To je oseba, ki ljubi, in to ne le kljub ranljivosti, ampak prav zaradi te ranljivosti. (Brown 2010, 15–16) To je oseba, ki ranljivega sprejme z nežnostjo. Ranljivost je potencial le v ljubečih, nežnih in rahločutnih odnosih.

## 5. Vabilo papeža Frančiška k nežnosti v pastoralni

Tudi v pastoralnem delu se velikokrat srečamo s človekom, ki je v stiski, ki je nepopoln, ki ga je strah in sram. S tem imamo pred seboj vedno neko ranljivost, tudi če jo človek prikriva. To je zelo krhek in kritičen trenutek, saj vstopamo v intimo človeških življenj – to je sveti prostor, do katerega moramo imeti veliko spoštovanja, ki je mogoče le z nežnostjo, s katero – po besedah papeža Frančiška – pred človekom drhtimo z neizmernim spoštovanjem in z nekim določenim strahom, da ga ne bi prizadeli ali mu vzeli njegove svobode. Frančišek nadaljuje, da

»ljubezen do drugega vključuje zadovoljstvo, da gledam in cenim lépo in nedotakljivo njegovega osebnega bistva, ki biva onkraj mojih potreb. To mi dopušča, da iščem v njem dobro, tudi ko vem, da ne more biti moj ali ko je fizično neprijeten, nasilen in nadležen.« (2016, tč. 127)

V takšnem trenutku nežnega sprejetja stiske in ranljivosti drugega brez predsodkov sta navzočna varnost in zaupanje, ko se drugi lahko odpre, opusti obrambo in skrivanje ter je odprt za rast in spremembo. Zato je na tem mestu smiselni premislek o tem, kako in koliko pastorala vključuje nežno držo, da se ustvarja prostor sprejetosti in slišnosti in s tem odprtost za sprejetje veselega oznanila v polnosti.

Če je ranljivost krhkost, potem to pomeni, da je potreben nežen odnos, ki bo sprejemajoč, spoštljiv do stanja, v kateri je drugi; tako se bo počutil slišnega in nagovorjenega. To pomeni, da je treba prepoznati in začititi ranljivost in krhkost, tega pa ni brez nežnosti (Lishner 2003, 64; Lishner, Batson in Huss 2011, 614). Pri tem odpove vsako obsojanje ali pametovanje, kako bi moralo biti – deluje samo resnična, pristna potopljenost v izkušnjo posameznika. Od tod se odpira pot za nežne in sočutne odnose in za spoštljivo držo do izkušnje posameznika, ne glede

na to, kakšna je. To ne pomeni, da moramo zavreči svoja prepričanja in ideale, ampak da – morda kljub drugačnemu osebnemu mnenju in pogledu na okoliščine – resnično brezpogojno sprejmemo preizkušane v njihovi izkušnji – s prisposodbo bi lahko rekli, da je treba zavzeti držo nežne matere, ko zazna ranljivost otroka in ga sprejme v vsaki njegovi stiski, tudi če dela stvari, ki ji niso všeč, seveda pa mu to pove na nežen način. (Simonič 2015, 491) Papež Frančišek v tem vidi priložnost – v zvezi s tem govori o logiki pastoralnega usmiljenja: poudarja, da moramo v pastoralnem razločevanju prepoznati tiste prvine, ki lahko pospešujejo evangelizacijo ter človeško in duhovno rast, saj je

»Jezus Kristus želel Cerkev, ki je pozorna na dobro, ki ga Sveti Duh razširja sredi slabosti in bolehnosti, mater, ki z jasnostjo izraža svoj objektivni nauk in se hkrati ne odpove /... / možnemu dobremu, čeprav tvega, da se umaže s cestnim blatom« (2016, tč. 308).

Seveda brez poguma in tveganja ne gre. Materinska skrb namreč vključuje tudi stanja, ko otrok ni popoln, ne le odnosa, ko se mati in otrok prepletata v povezanosti, občudovanju in vzajemni ljubeznivosti. Trenutki nepopolnosti so tisti, v katerih je še posebno dragocen primeren materin odziv (Siegel 2012, 167–168). Torej ne samo, kaj mati stori, ampak tudi, kako to stori. Nežnost in rahločutnost v materinem odzivu, ko je sposobna sprejeti otroka, ki morda ni popoln, ki velikokrat dela napačne in se vede drugače, kakor si mati želi, dajeta otroku vedeti, da ga mati razume v njegovi krhki in negotovi situaciji. Do njega je nežna in tudi konkretna: ne obtiči le pri teoretičnih napotkih, kakršne bi morala dajati po neki splošni doktrini vzgoje, ampak se učinkovito odziva: to izvira se zgodi, ko otroka resnično spozna in prepozna ter ga tudi spoštuje v tem, kar otrok je. (Simonič 2015, 491) Tudi papež Frančišek prepozna tveganje in strah, ko se v pastoriali srečujemo s takšnimi »otroki«.

Poudarja:

»Jezus pričakuje, da se odgovemo temu, da bi se kot posamezniki ali kot skupnost zatekali v zavetja, ki nam omogočajo obdržati varno razdaljo do jedra človeškega trpljenja; naj stopimo v stik s stvarnim življenjem drugih in spoznamo moč nežnosti.« (2016, tč. 308)

Nežnost je odziv, v katerega bi moralo biti ovito pastoralno delovanje Cerkve, saj je tesno povezana tudi z usmiljenjem, ki ni le romantičen predlog ali šibek odgovor, ampak nosilni steber, ki drži pokonci življenje Cerkve. Cerkev namreč ni carinska postaja, temveč očetova hiša, v kateri je prostor za vsakega, zlasti pa še za tiste, ki imajo težko življenje. (tč. 310) V dušnem pastirstvu pa je včasih težko, dati prostor usmiljenju, saj mu postavljamo toliko pogojev, da mu odvzamemo njegov konkretni smisel in njegov realni pomen (tč. 311). To je povezano s strahom in z ozračjem, ko pri govorjenju o najkočljivejših temah razvijamo hladno pisarniško moralo, ki vodi prej v izključevanje kakor pa razumevanje. Alternativa temu je nežnost, ki ustvarja okvir usmiljene ljubezni, ki odpušča, razume, spremlja, upa, vključuje – to je po besedah papeža Frančiška logika, ki mora v Cerkvi prevladovati.



vati, da bomo izkusili tudi, kako je mogoče odpreti srce tistim, ki živijo na najbolj obupnih obrobjih življenja. Izraža »iskreno željo, da bi vstopili v središče drame ljudi in razumeli njihovo stališče, jim pomagali bolje živeti in spoznati, kakšno je njihovo mesto v Cerkvi« (tč. 312).

## 6. Sklep

Odnos, ki je zaznamovan z nežnostjo, ima moč, ki vodi dlje in globlje kakor le površinski odnos. Nežnost podira trde zidove strahu in sramu in odpira spoštljiv prostor vzajemnega deljenja ranljivosti, s tem pa v sebi nosi komponento odrešenja od bolečin in ujetosti. Nežnost do drugega in do sebe ni potuha in zatiskanje oči pred nepravilnostmi, ampak je odziv, ki je znamenje zrelosti in notranje živosti in omogoča sprejemanje (ne pa tudi strinjanja) s situacijo, ki jo je treba spremeniti oziroma se nanjo odzvati. Samo v navzočnosti nežnosti v odnosih se dogaja učinkovito preoblikovanje dojemanja sebe, drugih in sveta ter s tem odrešenje od bolečih zapletov. Odrešenja človek nikoli ne doseže sam, ampak vedno v odnosu z drugim, zlasti pa v odnosu z Bogom. Bog vedno nežno vstopa v človeška življenja in pomeni ultimativno varno pribežališče in zatočišče, usmiljeno naročje, v katerem lahko odložimo vse obrambe, spoznamo svoje napake, se pomirimo in ustvarjamo novo življenje. Podobno delujejo tudi nežni medosebni odnosi, v katerih je dovolj varno, da se človek v svoji ranljivosti in nepopolnosti lahko razkrije, se z njo sooči in išče nove in bolj učinkovite življenjske poti in drže.

## Reference

- Alperin, Richard M.** 2001. Barriers to Intimacy. *Psychoanalytic Psychology* 18, št. 1:137–156.
- Bahovec, Igor.** 2015. Christianity in Confrontation with Individualism and Crisis of Western Culture: Person, Community, Dialog, Reflexivity, and Relationship Ethics. *Bogoslovni vestnik* 75, št. 2:335–346.
- Beebe, Beatrice, Frank Lachmann, Sara Markese in Lorraine Bahrck.** 2012. On the Origins of Disorganized Attachment and Internal Working Models: Paper I: A Dyadic Systemic Approach. *Psychoanalytic Dialogues* 22, št. 2:253–272.
- Bell, David C.** 2001. Evolution of Parental Caregiving. *Personality and Social Psychology Review* 5, št. 3:216–229.
- Bloch, Susana, Madeleine Lemeignan in Nancy T. Aguilera.** 1991. Specific Respiratory Patterns Distinguish among Human Basic Emotions. *International Journal of Psychophysiology* 11, št. 2:141–154.
- Bowlby, John.** 1982. *Attachment and Loss*. Zv. 1: *Attachment*. New York: Basic Books.
- Bradshaw, John.** 1995. *Family Secrets: The Path from Shame to Healing*. New York: Bantam Books.
- Brown, Brene.** 2010. *The Gifts of Imperfection*. Center City: Hazelden.
- Collins, Gary R.** 1995. *Family Shock: Keeping Families Strong in the Midst of Earthshaking Change*. Wheaton: Tyndale House.
- Cvetek, Mateja.** 2014. *Živeti s čustvi*. Ljubljana: Teološka fakulteta.
- Ekman, Paul.** 1999. Basic Emotions. V: *Handbook of Cognition and Emotion*, 45–60. Ur. Tim Dalgleish in Mick J. Power. Chichester: John Wiley & Sons.
- Erikson, Erik H.** 1968. *Identity, Youth, and Crisis*. New York: W. W. Norton.
- Folden Palmer, Linda.** 2007. *Baby Bond: The New Science behind What's Really Important when Caring for your Baby*. San Diego: Baby Reference.
- Farley, Edward.** 1996. *Divine Empathy: A Theology of God*. Minneapolis: Fortress Press.
- Frijda, Nico H.** 1986. *The Emotions*. New York: Cambridge University Press.

- Gerhardt, Sue.** 2004. *Why Love Matters: How Affection Shapes a Baby's Brain*. New York: Brunner–Routledge.
- Gostečnik, Christian.** 2010. *Neprodirna skrivnost intime*. Ljubljana: Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut.
- . 2007. Odršenje predpostavlja odnos – relacijska družinska paradigma. *Bogoslovni vestnik* 67, št. 1:51–72.
- Gostečnik, Christian, Tanja Repič Slavič, Mateja Cvetek in Robert Cvetek.** 2009. The Salvation Process in Relationships: A View from Projective-Introjective Identification and Repetition Compulsion. *Journal of Religion and Health* 48, št. 4:496–506.
- Gostečnik, Christian, Tanja Repič Slavič, Saša Poljak Lukek in Robert Cvetek.** 2011. Travmatsko izkustvo in dojemanje religioznosti. *Bogoslovni vestnik* 71, št. 2:265–277.
- Hazan, Cindy, in Phillip Shaver.** 1987. Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology* 52, št. 3:511–524.
- Izard, Carroll E.** 2007. Basic Emotions, Natural Kinds Emotion Schemas, and a New Paradigm. *Perspectives on Psychological Science* 2, št. 3:260–280.
- Johnson, Susan M., Judy A. Makinen in John W. Millikin.** 2001. Attachment Injuries in Couple Relationships: A New Perspective on Impasses in Couples Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy* 27, št. 2:145–155.
- Kalawski, Juan Pablo.** 2010. Is Tenderness a Basic Emotion? *Motivation and Emotion* 34, št. 2:158–167.
- Kirkpatrick, Lee A.** 2005. *Attachment, Evolution, and the Psychology of Religion*. New York: The Guilford Press.
- Leroux, Peny, David Sperlinger in Michael Worell.** 2007. Experiencing Vulnerability in Psychotherapy. *Existential Analysis* 18, št. 2:315–328.
- Lishner, David A.** 2003. The Components of Empathy: Distinguishing between Tenderness and Sympathy. Doktorska disertacija. University of Kansas.
- Lishner, David A., Daniel Batson in Elizabeth Huss.** 2011. Tenderness and Sympathy: Distinct Empathic Emotions Elicited by Different Forms of Need. *Personality and Social Psychology Bulletin* 37, št. 5:614–625.
- Lopez-Perez, Belen, Janice Sanchez in Brian Parkinson.** 2017. Perceived Effects of Other People's Emotion Regulation on their Vicarious Emotional Response. *Motivation and Emotion* 41, št. 1:113–121.
- Marar, Ziyad.** 2014. *Intimacy*. New York: Routledge.
- Poljanec, Andreja, in Barbara Simonič.** 2012. Starševstvo kot prostor razvoja empatije pri otroku. *Bogoslovni vestnik* 72, št. 1:113–122.
- Rebula, Alenka.** 2011. Nežnost in učinkovitost. <http://www.alenkarebula.com/alenkadrupal/content/ne%C5%BEnost-u%C4%8Dinkovitost> (pridobljeno 12. 5. 2017).
- Frančišek.** 2016. *Radost ljubezni [Amoris laetitia]*. Posinodalna apostolska spodbuda. Prev. Robert Kralj in Marijan Peklaj. Ljubljana: Družina.
- Scheinkman, Michele, in Mona DeKoven Fishbane.** 2004. The Vulnerability Cycle: Working with Impasses in Couple Therapy. *Family Process* 43, št. 3:279–299.
- Schore, Allan N.** 1994. *Affect Regulation and the Origin of the Self*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Schore, Allan N.** 2003. *Affect Regulation and the Repair of the Self*. New York: W. W. Norton.
- Shaver, Phillip, Judith Schwartz, Donald Kirson, in Cary O'Connor.** 1987. Emotion Knowledge: Further Exploration of a Prototype Approach. *Journal of Personality and Social Psychology* 52, št. 6:1061–1086.
- Siegel, Daniel J.** 2014. *Vihar v glavi*. Prev. Lučka Lučovnik. Domžale: Družinski in terapevtski center Pogled.
- . 2012. *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*. New York: The Guilford Press.
- Simonič, Barbara.** 2015. Ranljivost sodobnih družin in spodbuda k materinski rahločutnosti v pastoralni skrbi za družine. *Bogoslovni vestnik* 75, št. 3:487–494.
- . 2014. Psihoterapija kot možnost razvoja empatije v odraslosti. *Andragoška spoznanja* 20, št. 4:63–76.
- Simonič, Barbara, in Nataša Rijavec Klobučar.** 2016. Experiencing Positive Religious Coping in the Process of Divorce: A Qualitative Study. *Journal of Religion and Health* 56, št. 5:1644–1654.
- Slatinek, Stanislav.** 2017. Pastoralni izzivi za uspešen pogovor z duhovnikom *in foro interno* v luči posinodalne apostolske spodbude Radost ljubezni – Amoris laetitia. *Bogoslovni vestnik* 77, št. 1:131–144.
- Stern, Daniel N.** 2004. *The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*. New York: W. W. Norton.
- Tognacci, Stefano.** 2016. Psihologija srama: glavni psihološki i kulturološki vidovi. *Crkva u svijetu* 51, št. 3:426–452.
- Winnicott, Donald D.** 1986. *Home is Where We Start From*. London: Penguin Books.
- . 1971. *Playing and Reality*. London: Routledge.