

KS. BOGDAN GIEMZA

Odpoczynek w procesie formacji kapłańskiej i zakonnej

„Odpocząć, to znaczy począć na nowo”
(Cyprian Kamil Norwid)

WSTĘP

Jednym ze zjawisk we współczesnym świecie jest traktowanie czasu wolnego i odpoczynku, jako autonomicznego odcinka życia ludzkiego. Staje się on celem samym w sobie, z zapomnieniem perspektywy teologicznej. Z drugiej strony jesteśmy świadkami pracoholizmu. W tym przypadku po dniach intensywnej pracy szuka się odreagowania przed następnymi zadaniami. Jest to życie w skrajnościach na zasadzie „wszystko albo nic”. Osoby z takim podejściem najpierw będą pracowały do upadłego, a potem zafundują sobie wypoczynek do upadłego.¹ Dlatego ważna staje się refleksja nad tym zagadnieniem. Odnosi się to również do kapłanów i osób konsekrowanych.

Nauczanie kościelne poświęca stosunkowo niewiele uwagi tym sprawom. Jeśli mówi się o odpoczynku w życiu kapłańskim i zakonnym, to tylko marginalnie w porównaniu do obszernych i licznych wytycznych odnoszących się do formacji. Prawie zupełnie nieobecna w refleksji teologicznej jest kwestia wzajemnego uwarunkowania: odpoczynku, formacji i jakości życia oraz posługi duszpasterskiej. Kościół, jako wspólnota, ma inne zadania do spełnienia aniżeli instytucje świeckie i rządzi się też innymi prawami. Ale Kościół ma do spełnienia określone cele, postawione mu przez Jezusa Chrystusa. Dlatego nie chodzi o „jakieś tam duszpasterstwo”, ale wypełnienie misji Chrystusa. Dlatego należy się pytać, jak je usprawnić, jak gospodarować rozsądnie ludzkim kapitałem, jak motywować tych, którzy są na pierwszej linii troski o Kościół i podejmowane przez niego dzieła.

Zrozumiałym więc staje się podjęcie refleksji nad odpoczynkiem i wolnym czasem w życiu kapłana i osób zakonnych w perspektywie formacji. Z racji wspomnianego braku wytycznych w nauczaniu Kościoła

¹ Zob. A. R u s a k , *Brat osiołek ma dość, czyli kilka rad dla zagonionego księdza*, Pastores 20 (2003) s. 61.

w tym względzie, zostaną najpierw ukazane ramy niniejszej refleksji i teologiczne podstawy rozumienia czasu i odpoczynku, by w tym kontekście zobaczyć wymiar teologiczno-prawny czasu w życiu kapłana i osoby zakonnej. Następnie zostaną omówione: znaczenie, cele i formy odpoczynku, ze szczególnym uwzględnieniem osób powołanych. Końcowa część rozważań zostanie poświęcona zagrożeniom wynikającym z braku właściwego podejścia do odpoczynku, w tym problem tzw. wypalenia zawodowego.

1. ZAKRES REFLEKSJI

Chciałbym najpierw poczynić pewne uwagi związane z tematem niniejszej refleksji zatytułowanej „Odpoczynek w procesie formacji” Otóż, w temacie mamy dwa istotne elementy: odpoczynek i formacja. Chodzi o ich wzajemną relację, wzajemne uwarunkowanie. Zaczniemy od ukazania, czym jest formacja; w rozważaniach interesuje nas formacja zakonna i kapłańska, by w tym kontekście zobaczyć znaczenie odpoczynku.

Amadeo Cencini zwraca uwagę, że obecnie bardzo dużo mówi się i pisze na temat formacji ciągłej, ale nie zawsze interpretuje się ją w sposób poprawny. Wskazuje przy tym na słabe powiązanie między tzw. formacją początkową a formacją ciągłą, zwaną inaczej formacją stałą czy też permanentną. Konkluduje tę myśl, że jeśli nasze życie nie stanie się formacją ciągłą, to będzie ciągłą frustracją albo też ciągłą deformacją.²

Autor czyni istotną korektę do obiegowego pojęcia rozumienia formacji zakonnej czy kapłańskiej, według którego formacja ciągła jest czymś, co następuje po formacji początkowej na etapie postulatu, nowicjatu, junioratu czy seminarium. Mimo ogromnego nakładu sił na etapie formacji początkowej, wiele osób zakonnych czy kapłanów zdaje się kończyć na tym. Przypomina to sytuację, gdy rodzice wysyłają dziecko z domu w jakąś daleką podróż i próbują mu zapakować do plecaka wszystkie możliwe i potrzebne rzeczy. Później dziecko niewiele dokłada do tego, próbując tylko wyjmować coś z plecaka. Spójrzmy na nasze życie modlitwy, formację intelektualną czy ludzką. Ilu kapłanów, braci czy sióstr zakonnych porzuca, po opuszczeniu domów formacyjnych, codzienną medytację, regularne kierownictwo duchowe, systematyczną lekturę teologiczną, itp. Gdzie tkwi błąd w formacji? Co uczynić, by zmienić tę niekorzystną sytuację?

Cencini, mając na uwadze wspomniany rozziw pomiędzy formacją ciągłą a formacją początkową, proponuje, by uznać, że formacja od

² Zob. A. Cencini. *Proces formacji ciągłej. Wskazania dla każdego*, Kraków 2005, s. 9-24; nieco zmienioną wersję tychże refleksji zawiera artykuł autora: „Ciągła formacja czy ciągła frustracja?” *Pastores* 26 (2005) s. 48-59.

początku jest ciągła. Dopiero później możemy wyróżniać jej okresy. Wskazuje przy tym na niektóre nowe dokumenty Kościoła, które tak ujmują zagadnienie. Chodzi m. in. „Nowe powołania dla nowej Europy”, dokument końcowy kongresu poświęconego powołaniom do kapłaństwa i życia konsekrowanego w Europie, który odbył się w 1997 roku w Rzymie. W takim ujęciu formacja nie jest tylko jakąś pedagogią, ale jest teologicznym sposobem definiowania życia konsekrowanego i kapłaństwa. Celem formacji zakonnej, stosownie do tego, co ukazuje Jan Paweł II w adhortacji „Vita consecrata”, jest przyswojenie przez osobę konsekrowaną „*myśli i uczuć Chrystusa ku Ojcu*” (VC 65). Taka formacja musi być pełna i obejmować „*wszystkie dziedziny życia chrześcijańskiego i konsekrowanego*” (VC 65). Podobnie definiowana jest formacja kapłańska w adhortacji „Pastores dabo vobis” Jej sensem jest pomóc „*kapłanowi być kapłanem i realizować swoje kapłaństwo w duchu i na wzór Jezusa Dobrego Pasterza*” (PDV 73). Wszelkie wymiary formacji kapłańskiej znajdują najgłębsze uzasadnienie w tym, że „*formacja stała jest wyrazem i nakazem wierności, jakiej kapłan winien dochować swej postudze, więcej — samej swej istocie. Jest zatem miłością do Jezusa i przejawem konsekwencji. Ale jest też aktem miłości do Ludu Bożego, któremu kapłan ma służyć. Więcej, stanowi akt prawdziwej sprawiedliwości: kapłan jest dłużnikiem Ludu Bożego*” (PDV 70).

W takim ujęciu formacja ciągła nie jest czymś nadzwyczajnym, wyjątkowym, ale zwyczajnym i codziennym, trwającym aż do śmierci; nie jest projektem ludzkim, ale jest dziełem Ojca, nie polega na różnego rodzaju kursach duszpasterskich, ale zmierza do ukształtowania kapłana czy osoby konsekrowanej według planu Ojca, stosownie do indywidualnych cech, stając się tym samym osobistą decyzją i odpowiedzią każdego powołanego.³

W takim rozumieniu formacji, odpoczynek – pierwszy człon naszej refleksji, jawi się jako istotny element formacji, a nie jako przerywnik czasowy, dokonujący się po aktywności apostołskiej. Odpoczynek to nie jest czas po zakończeniu obowiązków duszpasterskich, ale to integralny element życia i posługi kapłańskiej czy zakonnej. Z pojęciem odpoczynku blisko związane są takie zagadnienia jak wolny czas, wytchnienie, wakacje, ferie, wczasy, urlop, relaks, rozrywka, turystyka, sport.

³ Tamże. Warto zwrócić uwagę na inne pozycje Cenciniego dotyczące formacji, które ukazały się nakładem Wydawnictwa „Salwator”: *Oddech życia. Łaska formacji permanentnej*, Kraków 2003; *Wspólnota zakonna wspólnotą świętych i grzeszników*, Kraków 2003; *Od relacji do uczestnictwa*, Kraków 2004; *Integracja wspólnoty zakonnej a wybór dobra i zła*, Kraków 2004; *Synowskie uczucia. Droga formacyjna w życiu konsekrowanym*, Kraków 2005.

2. TEOLOGICZNE PODSTAWY ROZUMIENIA CZASU I ODPOCZYNKU

Każdego roku podczas Wigilii Paschalnej Kościół powtarza uroczystą formułę uwielbienia Chrystusa jako Pana czasu. Czyni to kapłan podczas przygotowania paschału, wypisując na świecy paschalnej cyfry bieżącego roku i wymawiając słowa: „*Chrystus wczoraj i dziś: Początek i koniec, Alfa i Omega. Do Niego należy czas i wieczność. Jemu chwała i panowanie przez wszystkie wieki wieków*”⁴ Na znaczenie tego obrzędu i wypowiedzianych słów zwrócił uwagę Jan Paweł II w Liście „*Tertio millennio adveniente*”, przygotowującym do Wielkiego Jubileuszu Narodzin Jezusa w roku 2000. „*Świadczy o tym – pisze Papież – że Chrystus jest Panem czasu, jest jego początkiem i jego wypełnieniem; każdy rok i dzień, i każda chwila zostaje ogarnięta Jego Wcieleniem i Zmartwychwstaniem*” (TMA 10). Dlatego czas ma w chrześcijaństwie istotne znaczenie, można mówić o teologii czasu. „*W czasie zostaje stworzony świat, w czasie dokonuje się historia zbawienia*”, której centrum stanowi Wcielenie Jezusa Chrystusa. W Jezusie Chrystusie czas staje się „*wymiarem Boga, który jest wieczny sam w sobie*” (TMA 10).

Czas ludzki, będąc darem Bożym, ma swój rytm. Można go podzielić na czas pracy, czas wypoczynku i czas świętowania. Jesteśmy dziś świadkami i uczestnikami lansowania rozwiązań, w których zatracą się wymiar świętowania, a życie indywidualne i społeczne zawęża się do wymiaru pracy i odpoczynku, produkcji i konsumpcji.

Zarówno Stary jak i Nowy Testament ukazują, że Bóg, stwarzając świat, uporządkował go i nadał życiu człowieka potrójny rytm: praca, świętowanie i odpoczynek. Ze względu na zakres opracowania nie będziemy jednak szerzej zajmować się biblijnymi podstawami odpoczynku. Zatrzymajmy się natomiast nad nauczaniem Kościoła, począwszy od Soboru Watykańskiego II.

Działanie Boga jest wzorem działania ludzkiego. Pisze o tym Jan Paweł II w encyklice „*Laborem exercens*”, uznając pracę jako uczestnictwo w dziele Stwórcy. Opis stworzenia – stwierdza Papież, jaki znajdujemy w pierwszym rozdziale Księgi Rodzaju, jest równocześnie jakby pierwszą „*ewangelią pracy*” Ukazuje jej godność i uczy, że „*człowiek pracując, winien naśladować Boga, swojego Stwórcę*” (...) *Powinien naśladować Boga zarówno pracując, jak i odpoczywając – skoro Bóg sam zechciał przedstawić mu swoje stwórcze działanie pod postacią pracy i odpoczynku*” (LE 25). W tym duchu naucza również Katechizm Kościoła katolickiego. „*Jeśli Bóg ‘odpoczął i wytchnął’ w siódmym dniu (Wj 31,17)* – czytamy –

⁴ Mszał Rzymski dla diecezji polskich, wyd. I, Poznań 1986, s. 152.

człowiek również powinien 'zaprzestać pracy' i pozwolić innym – zwłaszcza ubogim – 'odetchnąć' (Wj 23,12)" (KKK 2172).

Wiele miejsca w nauczaniu Kościoła poświęca się prawu do wypoczynku w kontekście prawa do pracy. Soborowa Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym „*Gaudium et spes*” podkreśla, iż pracownicy „z jednej strony winni z należyłym poczuciem odpowiedzialności wkładać swój czas i siły w wykonanie pracy, tak z drugiej powinni też wszyscy dysponować wystarczającym odpoczynkiem i czasem wolnym” (KDK 67). Z kolei w encyklice „*Centesimus annus*” Jan Paweł II naucza, że pracownicy winni mieć „uznane prawa do ograniczenia liczby godzin pracy, do należnego odpoczynku” oraz, że w każdej umowie o pracę między pracodawcą a pracownikiem winna mieścić się „troska o odpowiedni odpoczynek tak długi, jak długiego czasu trzeba na odzyskanie sił zużytych na pracę” (CA 7). Nauczanie kościelne zwraca również uwagę na znaczenie czasu wolnego, właściwe spożytkowanie odpoczynku, o czym będzie mowa w dalszej części rozważań.

Szczegółowe kwestie związane z prawem do odpoczynku i czasu wolnego reguluje ustawodawstwo. Jest ono opisywane i uzasadniane przez różne nauki. I chociaż samo prawo jest oczywiste, to jego aplikacje bywają złożone, rodząc przy tym napięcia i konflikty między pracodawcą i pracownikami, między dobrem jednostki a potrzebami społeczności. Zatem w korzystaniu z czasu wolnego należy przestrzegać moralnej zasady odpowiedzialności osobistej i społecznej. Należy zwracać uwagę nie tylko na własne prawa, ale także na prawa innych, na swoje wobec nich obowiązki oraz na dobro wspólne.

3. WYMIAR TEOLOGICZNO-PRAWNY ODPOCZYNKU W ŻYCIU KAPŁANA I OSOBY KONSEKROWANEJ

W chrześcijańskie przeżywanie czasu wpisuje się czas pracy i wypoczynku kapłana i osoby konsekrowanej. Ich czas jest bowiem czasem Chrystusa. To stwierdzenie znajduje swoje teologiczne uzasadnienie w tożsamości życia kapłańskiego i konsekrowanego.⁵ Kapłan działa „in persona Christi” Trzeba zaznaczyć, że określenie „in persona Christi”, znaczy więcej niż „w imieniu” czy „w zastępstwie” Chrystusa. Zwrócił na to uwagę Jan Paweł II w Liście o tajemnicy i kulcie Eucharystii: *'In persona' to znaczy: w swoistym sakramentalnym utożsamieniu się z Prawdziwym i Wiecznym Kapłanem*” (DC 8). Kapłanowi winna

⁵ Zob. W. Skworec, *Wskazania pastoralne i prawne odnośnie do czasu wolnego kapłanów diecezji tarnowskiej*, Currenda 151(2001) nr 2, s. 222.

towarzyszyć świadomość, czytamy w *Dyrektorium o posłudze i życiu kapłanów*, że „jego życie jest tajemnicą całkowicie włączoną w misterium Chrystusa i Kościoła w nowy i specyficzny sposób oraz, że to włączenie w pełni zobowiązuje go i ubogaca w działalności duszpasterskiej” (nr 6).⁶

Trzeba też zaznaczyć, że wspomniane napięcie związane z prawem do odpoczynku i dobrem wspólnym, dotyczy także w znacznej mierze osób zakonnych i kapłanów. Odpoczynek, urlop czy tzw. „dzień wolny”, nie są pojęciami jednoznacznymi, gdyż stanowią swego rodzaju wypadkową wypełnienia powierzonych zadań, potrzeby wypoczynku i troski o zbawienie.⁷ Jak zaznaczają uchwały synodów diecezjalnych, warunkiem korzystania z czasu wolnego jest zapewnienie wpierw wiernym właściwej opieki duszpasterskiej, w myśl zasady: „salus animarum suprema lex esse debet”⁸ Z tego powodu pozostaje wciąż nie do końca rozwiązana kwestia, zwłaszcza w sytuacji księży diecezjalnych pracujących w pojedynkę, stworzenia właściwych uregulowań prawnych, gwarantujących skorzystanie z zasłużonego prawa do odpoczynku. Trzeba też nadmienić, że w czas urlopu nie wlicza się zwykle czasu przeznaczanego na rekolekcje czy inne spotkania o charakterze formacyjnym.

Czas wolny i odpoczynek w życiu księdza i osoby konsekrowanej mają różne wymiary. Samo określenie „czas wolny” sugeruje dwa istotne człony wchodzące w jego skład: „czas” i „wolność” Jak wspomnieliśmy, czas jest darem Boga. Z Bożych darów winniśmy korzystać umiejętnie, w duchu prawdziwej wolności. Czas wolny jako faktor ludzkiej wolności jest nie tylko oderwaniem się od codziennych zajęć i trudu życia, ale ma prowadzić do poszukiwania nowych wartości, które uczynią życie człowieka bogatszym i lepszym.⁹

Zwróćmy uwagę na wymiary odpoczynku w życiu księdza i osoby konsekrowanej. Po pierwsze, jest to czas wolny w ciągu każdego dnia pomiędzy różnymi zajęciami. Nie można przecież biegać od rana do nocy i działać jako automat. Warto w tym kontekście zwrócić uwagę na: właściwą organizację zajęć, troskę o podstawową higienę, rytm snu i relaksu, odpowiednie ćwiczenia fizyczne i dbałość o swoje ciało. O ile naganna jest przesadna troska o ciało i zdrowie, przybierająca niekiedy

⁶ Kongregacja ds. Duchowieństwa, *Dyrektorium o posłudze i życiu kapłanów*, Kraków 1994.

⁷ Zob. *Instrukcja synodalna „Prawo księdza do odpoczynku” Synod Archidiecezji Wrocławskiej 1985-1991*, Wrocław 1995 s. 423.

⁸ Zob. tamże; statut 140 I Synodu Diecezji Ełckiej. Ełk 1999; statut 98 § 2 XLII Synodu Diecezji Płockiej. Płock 1992.

⁹ Zob. W. S k w o r c , *Wskazania pastoralne i prawne*, s. 221-222.

wręcz dziwaczne formy, o tyle godna pochwały i ważna jest umiarkowana dbałość o zachowanie zdrowia i sił fizycznych w służbie Bożej.¹⁰

Druga forma to jeden dzień w tygodniu wolny od zajęć i posługi duszpasterskiej w parafii czy innym dziele, który ksiądz czy osoba zakonna może zagospodarować według własnego uznania. Dla księży wiążące są dokumenty synodalne czy rozporządzenia biskupów, które określają, że zwykle rozpoczyna się on po Mszy św. porannej, a kończy w godzinach wieczornych danego dnia. Prawo do jednego „wolnego dnia” w tygodniu mają wszyscy księża. Wzajemny szacunek i dobro duszpasterstwa wymaga, by korzystanie z tego dnia, włącznie z wyjazdem poza miejsce posługiwania, były wcześniej konsultowane i uzgadniane. Trzeba też mieć na uwadze, że niektóre sytuacje duszpasterskie, np. pogrzeb czy spowiedź w czasie rekolekcji, różnego rodzaju spotkania i konferencje duszpasterskie, wymagają obecności kapłana i zdolności do rezygnacji z wolnego czasu.¹¹ W podejściu do „wolnego dnia” trzeba wystrzegać się skrajności. Z jednej strony nie powinno się interpretować go jako konieczności czy wręcz obowiązku, opuszczenia w tym dniu parafii czy wspólnoty zakonnej. Druga skrajność polega na pojmowaniu tego dnia jako pola do wzmożonej aktywności duszpasterskiej. Pierwsza skrajność może stać się udziałem głównie wikariuszy, katechetów, a druga proboszczów i przełożonych.

Pewną przestrzenią wolnego czasu są też ferie zimowe czy okresy związane z poszczególnymi świętami kościelnymi i państwowymi. Zależy to w dużej mierze od charakteru i miejsca duszpasterskiego zaangażowania.

Największym jednak okresem wolnego czasu jest dla księdza miesięczny urlop. Prawo kościelne gwarantuje taki urlop każdemu księdzu. W odniesieniu do księży diecezjalnych, trzeba mieć na uwadze wytyczne Kodeksu Prawa Kanonicznego i prawodawstwo synodalne poszczególnych diecezji oraz rozporządzenia biskupów diecezjalnych. Gwarantują one kapłanom prawo do wypoczynku w formie urlopu. Sprawę urlopów proboszczów reguluje kan. 533 § 2 KPK,¹² zaś wikariuszy kan. 550 § 3

¹⁰ Zob. Konstytucje Towarzystwa Jezusowego wraz z przypisami Kongregacji Generalnej XXXIV oraz Normy uzupełniające zatwierdzone przez tę samą Kongregację, Kraków-Warszawa 2001, art. [292. 298-299].

¹¹ Zob. Instrukcja synodalna „Prawo księdza do odpoczynku”, s. 423; statut 290 II Synodu Diecezji Lubelskiej. Lublin 1988; statut 265 I Synodu Diecezji Koszalińsko-Kołobrzesckiej, Koszalin 1986-1990.

¹² *„Jeśli czego innego nie domaga się poważny powód, wolno proboszczowi każdego roku opuścić parafię z racji wakacji najdłużej przez miesiąc, czy to ciągly, czy to z przerwami. Nie wlicza się do niego rekolekcji, odbywanych jeden*

KPK.¹³ Termin urlopu należy uzgadniać z przełożonymi. Dla wikariuszy pozostaje nim proboszcz. W sytuacji urlopu proboszczów dokumenty synodalne w różny sposób rozwiązują tę sprawę. Jedne wymagają uzgodnienia terminu z kurią diecezjalną, inne z dziekanem. O ile jest zagwarantowane prawo do miesięcznego urlopu, o tyle problemem wciąż nie rozwiązany pozostaje kwestia szukania zastępstw. Kurie zwykle nie partycypują w tym, pozostawiając to zaradności księży czy poprzestając na apelach o solidarność kapłańską i wzajemną pomoc.¹⁴

Znacząca część powyższych uwag odnosi się także do osób konsekrowanych, nawet jeśli nie są kapłanami. Przyjrzyjmy się jednak pokrótce wskazaniom odnoszącym się wprost do zakonników i zakonnice. Paweł VI w Liście apostolskim „*Ecclesiae sanctae*”, zawierającym normy i przepisy wykonawcze do dekretów Soboru Watykańskiego II, w uwagach na temat prowadzenia życia wspólnego w instytutach zakonnych, podkreśla, że *„porządek dzienny często nie może być taki sam we wszystkich ich domach, a niekiedy w tym samym domu, dla wszystkich zakonników”*. Należy go jednak zawsze tak układać, by zakonnicy oprócz *„czasu poświęconego zajęciom duchownym i pracom, mieli także nieco czasu dla siebie i mogli korzystać ze stosownego odpoczynku”* (ES 26).

W odniesieniu do życia konsekrowanego podkreśla się znaczenie właściwego urządzenia domów i różne formy rekreacji. W zależności od charakteru domu, apostolskiego zaangażowania członków wspólnoty, poszczególne domy winny być odpowiednio dostosowane do pracy apostolskiej, studium, modlitwy, jak również winny sprzyjać duchowemu odprężeniu i umacnianiu więzi między domownikami. Chodzi o tworzenie atmosfery domu, a nie tylko wspólnego zamieszkania.¹⁵ Należy przy tym zwrócić uwagę na konieczność i potrzebę tzw. klauzury, czyli miejsc przeznaczonych do wyłącznego użytku wspólnoty zakonnej. Codzienna rekreacja we wspólnocie zakonnej może być przeżywana indywidualnie lub

raz w roku. Gdy proboszcz opuszcza parafię na ponad tydzień, obowiązany jest powiadomić o tym ordynariusza miejsca” (kan. 533 § 2).

¹³ *„Odnosnie do czasu wakacji, wikariusz ma takie samo prawo jak proboszcz”* (kan. 550 § 3).

¹⁴ Zob. Wskazania biskupa katowickiego z 22.IV.1970 r. dla kapłanów w sprawie urlopów. Wiara-modlitwa i życie w kościele katowickim. Uchwały I Synodu Diecezji Katowickiej, Katowice-Rzym 1976 s. 137; Drugi Synod Archidiecezji Gnieźnieńskiej 1981 (brmw) s. 21; W. Skworec, Wskazania pastoralne i prawne, s. 223; Instrukcja synodalna „Prawo księdza do odpoczynku”, s. 423; statut 139 I Synodu Diecezji Ełckiej.

¹⁵ Zob. Konstytucje Towarzystwa Jezusowego, art. 327§ 1.

we wspólnocie. Reguły poszczególnych rodzin zakonnych czy też inne rozporządzenia precyzują ustalenia w tym względzie, podkreślając, że wspólnotowy odpoczynek jest nie mniej ważny niż wspólne modlitwy i posiłki. Niekiedy udział we wspólnej rekreacji jest obowiązkowy. Na wszystkich członkach wspólnoty spoczywa powinność sumiennego i twórczego współuczestnictwa w rekreacjach.¹⁶

Z kolei instrukcja Kongregacji ds. Instytutów Życia Konsekrowanego i Stowarzyszeń Życia Apostolskiego „Życie braterskie we wspólnocie” (Congregavit nos in unum Christi amor),¹⁷ zwraca uwagę, że zadaniem władzy zakonnej jest troska „o utrzymanie równowagi pomiędzy różnymi aspektami życia wspólnotowego: modlitwą i pracą, apostołstwem i formacją, obowiązkami i odpoczynkiem” (ŻBW 50 b). Ważnym zadaniem władzy jest również troska, by obowiązki we wspólnocie były w miarę równomiernie rozłożone. Często winą przełożonych jest bowiem nadmierna eksploatacja osób we wspólnocie, które są czynne i operatywne. Na pewno łatwiej jest powierzać określone obowiązki osobom zdolnym, uczynnym, chętnym do pomocy. Trudniej kieruje się osobami wciąż oczekującymi na instrukcje, pilotowanie, pochwały, o mniejszych zdolnościach czy „wyuczonej bezradności” Mimo wszystko, takie sytuacje nie powinny prowadzić do przeciążania jednych, kosztem drugich we wspólnocie zakonnej.

Instrukcja Kongregacji Zakonów i Instytutów Świeckich o istotnych elementach nauczania Kościoła na temat życia konsekrowanego w zastosowaniu do instytutów oddających się pracy apostołskiej (The renewal of religious life)¹⁸ zwraca natomiast uwagę, że zakonnik lub zakonnica, składając śluby zakonne, zobowiązuje się do określonego stylu życia. Konsekwencją tego jest konieczność rezygnacji „z takich zachowań, takich więzi osobistych i form odpoczynku, które są nie do pogodzenia z tą radą” (EsE 16).

¹⁶ Zob. Konstytucje i dyrektorium Zgromadzenia Sióstr Miłosierdzia św. Karola Boromeusza w Trzebnicy, Trzebnica 1989, art. 103 Dyrektorium; Konstytucje Towarzystwa Boskiego Zbawiciela, Kraków 2001, art. 406.

¹⁷ Kongregacja ds. Instytutów Życia Konsekrowanego i Stowarzyszeń Życia Apostolskiego „Życie braterskie we wspólnocie” (cyt. dalej: ŻBW), w: Życie konsekrowane w dokumentach Kościoła, Wyd. II, Kraków 2003.

¹⁸ Kongregacja Zakonów i Instytutów Świeckich. Instrukcja o istotnych elementach nauczania Kościoła na temat życia konsekrowanego w zastosowaniu do instytutów oddających się pracy apostołskiej (The renewal of religious life), (cyt. dalej: EsE), w: Życie konsekrowane w dokumentach Kościoła, Wyd. II, Kraków 2003.

Szczegółowe rozwiązania normujące długość urlopów, czas i miejsce ich spędzania, w poszczególnych rodzinach zakonnych są bardzo zróżnicowane. Ta uwaga odnosi się także do dnia wolnego w ciągu tygodnia. Gdy chodzi o urlopy, to w większości zgromadzeń męskich jest to z reguły pełny miesiąc. Natomiast siostry zakonne mają z reguły krótsze urlopy w ciągu roku, np. 20 – , 14 – dniowe, z czego część można spędzić poza domem zakonnym, część zaś w którymś z domów danej rodziny zakonnej. Długość urlopów uwarunkowana jest także rodzajem posługi apostolskiej. Siostry zaangażowane w zakładach społecznych, z racji absorbujących obowiązków, korzystają zwykle z dłuższego wypoczynku. Zważywszy, że zgromadzenia zakonne często mają charakter międzynarodowy i siostry pracują na innych kontynentach, reguły zakonne określają także częstotliwość odwiedzin rodzinnego kraju.¹⁹

4. ZNACZENIE I CELE ODPOCZYNKU

Magisterium Kościoła mówi nie tylko o prawie i potrzebie wypoczynku, ale także ukazuje jego wartość w różnych wymiarach życia.

Konstytucja duszpasterska o Kościele podkreśla znaczenie czasu wolnego i odpoczynku dla życia rodzinnego, kulturalnego, społecznego i religijnego. Daje on sposobność do rozwijania tych sił i uzdolnień, których nie można doskonalić w pracy zawodowej (KDK 67). Wolny czas może służyć „*dla odprężenia duchowego, wzmocnienia zdrowia psychicznego i fizycznego przez swobodne zajęcia i studia*” (KDK 61). Przyczynia się to do doskonalenia ludzkiego umysłu. Zwraca się także uwagę na „*ćwiczenia i pokazy sportowe, które także w społeczeństwie przyczyniają się do utrzymywania równowagi ducha, jak i do braterskich stosunków między ludźmi wszelkiego stanu, narodowości i różnych ras*” (KDK 67).

Skracanie czasu pracy, zniesienie granic między państwami sprzyja rozwojowi turystyki (KDK 67). Jak zaznaczył Jan Paweł II w orędziu na XXIII Światowy Dzień Turystyki w 2002 r. „*turystyka pozwala przeznaczyć część wolnego czasu na kontemplowanie dobroci i piękna Boga w Jego stworzeniu, a umożliwiając kontakt z innymi, pomaga pogłębiać dialog i wzajemne poznawanie*”.²⁰ Doświadczenie podróży jest według Pisma św. „*szczególną okazję do zdobywania wiedzy i mądrości, ponieważ człowiek*

¹⁹ Dla przykładu zob. art. 111 Dyrektorium Zgromadzenia Sióstr Miłosierdzia św. Karola Boromeusza; Zgromadzenie Sióstr Najświętszej Rodziny z Nazaretu, Rzym 2002, Statuty art. 4.8.4. i 4.8.6.

²⁰ Jan Paweł II, Ekoturystyka kluczem do właściwego rozwoju. Orędzie Jana Pawła II na XXIII Światowy Dzień Turystyki 2002, Kielecki Przegląd Diecezjalny 78 (2002) nr 4, s. 192.

styka się z innymi ludami, kulturami, obyczajami i ziemiemi. Mówi ono: 'Mąż, który podróżował, zna wiele rzeczy i mądrze przemawiać będzie, kto ma wielkie doświadczenie. Kto nie ma doświadczenia, wie mało, a ten, kto podróżował, wzbogacił swoją sprawność. Wiele widziałem w moich podróżach i więcej rozumiem, niż wypowiedzieć potrafię' (Syr 34, 9-11)"²¹

Cytowane już instrukcje odnoszące się do życia zakonnego („Życie braterskie we wspólnocie” i „The renewal of religious life”), podkreślają znaczenie odpoczynku i czasu wolnego w odniesieniu do budowania wspólnoty zakonnej i wzajemnych więzi. Zwracając uwagę na istnienie małych i wielkich wspólnot, instrukcja o życiu braterskim mówi, że wspólnoty liczniejsze mogą „stwarzać możliwość skupienia się i odpoczynku tym członkom zgromadzenia, którzy pracują na najtrudniejszych odcinkach misji ewangelizacyjnej” (ŻBW 64 d). Taka wymiana między wspólnotami sprzyja i jest możliwa dzięki klimatowi życzliwości i gościnności. Tworzenie więzi braterstwa staje się też osiągalne dzięki umiejętności „znalezienia czasu na odpoczynek indywidualny i we wspólnocie” (ŻBW 28). Z kolei instrukcja „The renewal of religious life” podkreśla, że odpoczynek, podobnie jak „udział w modlitwie, pracy, posiłkach, (...) wspólny duch, przyjaźń, braterska współpraca w tej samej działalności apostołskiej, wzajemne wspieranie się we wspólnocie życia”, jest istotną pomocą we wspólnej drodze powołania (EsE 19). Istotna jest zwłaszcza codzienna rekreacja we wspólnocie zakonnej, będąca czasem odnowienia sił fizycznych i psychicznych. Ten czas może być wypełniony dzieleniem się informacjami z udziału w zjazdach, kursach, czy innych formach spotkań formacyjnych, wymianą doświadczeń z pracy apostołskiej, w których brali udział członkowie wspólnoty.

Instrukcja „Życie braterskie we wspólnocie” podejmuje także ważny aspekt związany z odpoczynkiem i formacją, jakim jest korzystanie ze środków społecznego przekazu. Wzywa do umiarkowanego i roztropnego korzystania z nich, ukazując również czyhające niebezpieczeństwa. „Środki te propagują bowiem, a często wręcz narzucają, mentalność i wzorce życiowe”, sprzeczne z duchem Ewangelii. Dlatego potrzeba formacji przygotowującej do właściwego i krytycznego korzystania z nich, aby było ono z pożytkiem osobistym i wspólnotowym (ŻBW 34).

Dokumenty kościelne zwracają także uwagę na tworzenie pewnych form życia wspólnotowego w życiu kapłańskim. Sprzyjają one niesieniu wzajemnej pomocy, gdy zaistnieje szczególna potrzeba, a także na co dzień umacniają więzi między prezbiterami. Soborowy Dekret o posłudze i życiu

²¹ Tamże.

kapłanów „Presbyterorum ordinis”, mówi zwłaszcza o okresowych, braterskich spotkaniach, które pozwalają zażyć odprężenia i odpoczynku, a więc zaspokoić ludzką potrzebę odnowy sił fizycznych, psychicznych i duchowych (DP 8). Przypomina się przy tym przykład samego Jezusa, który troszczył się o uczniów i zachęcał Apostołów: „*Pójdźcie wy sami osobno na miejsce pustynne i wypocznijcie nieco!*” (Mk 6, 31). W adhortacji „Pastores dabo vobis”, Jan Paweł II rozważając sprawę formacji stałej, zwłaszcza młodych kapłanów zwraca uwagę na wspólny „*odpoczynek, modlitwę, refleksję i braterską wymianę doświadczeń*” Pielęgnowanie tych praktyk sprawi, że „*będzie im łatwiej od samego początku kształtować swe kapłańskie życie w duchu ewangelicznej równowagi*” (PDV 76).

5. FORMY WYPOCZYNKU

Rozważając sprawę odpoczynku w procesie formacji kapłańskiej i zakonnej, trzeba mieć na uwadze ważną zasadę: umieć się zatrzymać!²² Dobry kierowca to nie ten, który umie zapalić auto i szybko jechać, ale który posiadał umiejętność zatrzymania się, jeśli zachodzi taka potrzeba. Niełatwo jest zatrzymać się, gdy jesteśmy zaangażowani w tak wiele spraw. Nie wolno jednak czekać, aż zdrowie czy wiek zmuszą nas do tego. Jest już wtedy zwykle za późno. W sytuacji zatrzymania się z powodu choroby, jesteśmy zdani na leczenie skutków wcześniejszego nieracjonalnego i niehigienicznego trybu życia i posługi.

Jeden z polskich biskupów powtarza z uśmiechem, że hierarcha składa się z ciała, duszy nieśmiertelnej i kalendarza. Wypełniony kalendarz nie zawsze musi być znakiem właściwego zaangażowania. Niekiedy jest on niemym świadkiem naszego pracoholizmu i braku właściwej organizacji życia. Umieć się zatrzymać z wyboru, to zupełnie inna sprawa. Umiejętność zatrzymania się związana jest z potrzebą rozeznania i właściwą hierarchią wartości. Jest wyrazem troski o siebie, o równowagę pracy i odpoczynku, o właściwe relacje z innymi. Aby innym dawać, trzeba samemu szukać sposobności napełnienia się. Powtarzamy niekiedy, że z pustego i Salomon nie należy. Ta prawda odnosi się także do właściwego rytmu pracy i odpoczynku.²³

Korzystanie z odpoczynku i czasu wolnego przybierają w życiu księdza i osoby konsekrowanej różną formę. Za biskupem Skworcem

²² Zob. G. Soubrier, *Umieć się zatrzymać*, Pastores 22 (2004) s. 100-101.

²³ Zob. A. Rusak, *Kilka rad dla zmęczonego katechety*, Pastores 16 (2002) s. 51-59.

można przyjąć podział na formę: ascetyczną, pastoralną i rekreacyjną.²⁴ Należałoby przy tym pamiętać, że w zależności od tego, co było podczas wykonywanej pracy najbardziej forsowne, należy dobrać odpowiedni sposób odpoczynku.

Pierwsza forma, czyli ascetyczna obejmuje spotkania modlitewne we wspólnocie kapłańskiej czy zakonnej oraz z wiernymi świeckimi. Należy tutaj zaliczyć troskę o duchową formację, osobisty dzień skupienia, odprowadzany w jakimś domu zakonnym lub formacyjnym.

Pastoralny charakter odpoczynku związany jest z odwiedzeniem chorych kapłanów, współbraci czy współsióstr zakonnych, parafian czy wreszcie członków własnej rodziny w domu lub w szpitalu. Obejmuje on również indywidualne lub zbiorowe pielgrzymki do różnych atrakcyjnych miejsc i sanktuariów. Duże znaczenie mają także organizowane podczas wakacji czy ferii zimowych: kolonie, obozy, półkolonie, spędzanie czasu u rodzin przez dzieci, szczególnie z rodzin ubogich i zaniedbanych.

W ramach rekreacyjnych form odpoczynku i spędzenia wolnego czasu przez księży i osoby konsekrowane można wykorzystać bogate formy turystyki, czynne uprawianie sportu, czas na osobistą lekturę czy zwyczajne prace porządkowe. W ankietach przeprowadzonych wśród duchownych wielu z nich jako hobby bardzo często wymienia sport. Dobrze, że coraz większa liczba kapłanów i zakonników uprawia czynnie sport. Gorzej jest w tym względzie z siostrami zakonnymi. Pozytywna zmiana wiąże się m. in. z odkrywaniem wartości edukacyjnych sportu, organizowaniem różnego rodzaju rozgrywek sportowych, w które angażują się duchowni. Godna odnotowania jest refleksja w oficjalnym nauczaniu Kościoła w Polsce. Chodzi m. in. o list pasterski Konferencji Episkopatu Polski na temat sportu „W obronie ‘dobrych zawodów’” z 12 czerwca 2004 roku.²⁵ Nie bez znaczenia jest udział w imprezach i wydarzeniach kulturalnych, jak odwiedzanie muzeów, pójście do teatru, opery lub filharmonii czy na koncert. Czas na odpoczynek fizyczny i psychiczny, to szansa na odzyskanie sił i chęci do działania, powrót do wewnętrznej równowagi. Samo „nicnierobienie” nie przyniesie efektu, można się nim dodatkowo zmęczyć. Trzeba jeszcze zadbać o mądre zaplanowanie wypoczynku, aby znalazły się w nim różne sposoby odzyskiwania witalności.

²⁴ Zob. W. Skworec, *Wskazania pastoralne i prawne*, s. 224.

²⁵ Szerzej na temat znaczenia sportu dla życia społecznego, jego teologicznych uwarunkowań, edukacji rozpisują się autorzy licznych artykułów, zawartych w publikacjach wydanych przez Salezjańską Organizację Sportową RP: *Antropologia sportu*, Z. Dziubiński (red.), Warszawa 2002; *Spółeczny wymiar sportu*, Z. Dziubiński (red.), Warszawa 2003; *Edukacja poprzez sport*, Z. Dziubiński (red.), Warszawa 2004.

6. WYPALENIE ZAWODOWE

Na koniec rozważań zwróćmy uwagę na niektóre zagrożenia związane ze złym rozumieniem i złą organizacją odpoczynku lub też ich brakiem oraz wynikającymi stąd konsekwencjami dla formacji. Pojawiające się badania i publikacje na ten temat, rokują, iż nastąpi wzrost uświadomienia znaczenia odpoczynku w procesie formacji kapłańskiej i zakonnej. Obecnie skupimy się na tzw. syndromie wypalenia zawodowego, by w dalszej kolejności zatrzymać się nad innymi zagrożeniami.

Wypalenie zawodowe kapłanów i osób konsekrowanych trzeba odróżnić od kryzysów związanych z powołaniem, które mogą się pojawić w życiu osób powołanych. Przyczyną kryzysów osobistych może być rozluźnienie więzi z Bogiem, czyli osłabienie życia duchowego, kryzys związany z życiem wspólnotowym, indywidualizm.²⁶ Natomiast problem tzw. wypalenia zawodowego, jest zjawiskiem natury psychicznej. Dotyka on najczęściej ludzi pracujących z ludźmi, czyli lekarzy, nauczycieli i pracowników socjalnych. W tej grupie trzeba także widzieć księży i osoby zakonne.²⁷ Pojęcie wypalenia zawodowego pojawiło się w amerykańskiej literaturze psychologicznej w połowie lat siedemdziesiątych, po opublikowaniu w 1974 roku artykułu amerykańskiego psychiatry, Herberta J. Freudenbergera. Przedstawiał on idealistycznie nastawionych młodych ludzi, którzy pracowali charytatywnie w ośrodku dla narkomanów. Zajęcia te były mocno wyczerpujące. Pomimo entuzjazmu i zaangażowania nie udawało się osiągnąć młodym ludziom zamierzonych celów w pracy z narkomanami. Pracując w tym samym ośrodku, Freudenberger zaobserwował u nich stopniową, ale dość szybką utratę energii i malejące zaangażowanie w pracę. Wydawało się, że wolontariusze otrzymywali za mało nagród w stosunku do wkładanego w pracę wysiłku.

Istotą wypalenia jest – jak zauważa ks. R. Jaworski – konflikt między wyobrażeniami o własnej skuteczności i powinności w pełnieniu określonej roli a rezultatami pracy i obiektywnymi warunkami. Przyczyny, objawy oraz skutki wypalenia zawodowego obserwowane u księży i zakonników nie różnią się zasadniczo od tych, które są udziałem innych zawodów. Nabierają one przy tym cech specyficznych związanych z kontekstem

²⁶ Zob. K. W o n s, *Symptomy kryzysu wspólnoty zakonnej*, w: *Życie Konsekrowane*, nr 3 (1998) s. 63-71; R. H a j d u k, *Indywidualizm a życie wspólnotowe*, w: *Via Consecrata*, 7 (2004) nr 1, s. 9-23.

²⁷ Zob. A. R a d e c k i, *Wypaleni w posłudze*, w: *Pastores* 20 (2003) s. 51-58; R. J a w o r s k i, *Wypalenie zawodowe u księży*, w: *Homo Dei* 75 (2005) nr 4, s. 75-86.

eklezyjalnym. Wypalenie, dotykające osób powołanych, może mieć uwarunkowania wewnętrzne i zewnętrzne. Przywołując analizy różnych autorów zwraca się uwagę na różne aspekty tej złożonej rzeczywistości. Od kapłanów i osób zakonnych oczekuje się przykładowego życia i postawy pełnej dyspozycyjności. Te słuszne oczekiwania mogą jednak w niektórych okolicznościach prowadzić do nieustannego stresu, wynikającego m. in. z niewłaściwej duchowości realizowanej przez daną wspólnotę lub osobę. Często też kapłani i osoby konsekrowane z racji pełnionych funkcji są w pozycji samotnych bohaterów i osamotnionych bojowników, zdanych na szybkie wyczerpanie. Doświadczają tego zwłaszcza osoby ambitne, dążące do sukcesów. Efektem są trudności z wyłączeniem się z pracy, ze znalezieniem czasu na odpoczynek. W tej sytuacji łatwo o przemęczenie i wypalenie się.

Nie bez znaczenia dla odpoczynku i formacji jest też troska o życie duchowe i psychiczne. Te dwa wymiary życia są ze sobą ściśle powiązane. Chociaż zjawisko wypalenia dotyczy bezpośrednio sfery psychofizycznej, to jednak pośrednio dotyka także sfery duchowej. Wypalenie bowiem prowadzi do zaburzenia relacji międzyludzkich, osłabienia motywacji religijnych, zagubienia w świecie wartości. Może prowadzić do „zdeformowanych” typów kapłanów i osób konsekrowanych, np.: wyizolowany naukowiec, zmęczony życiem i zrezygnowany, fajny kumpel, człowiek „wiecznie” zapracowany.

Inną kwestią jest brak właściwych proporcji w podziale obowiązków we wspólnocie. Konkretnie osoby mogą być przeciążone pracą lub za mało obciążone zadaniami. Jednym grozi wypalenie, a drugim lenistwo i frustracja oraz rezygnacja z wykorzystania posiadanych zdolności i talentów. Należy zwrócić przy tym uwagę, że chociaż wypalenie zawodowe i brak gorliwości mają wiele cech wspólnych, to jednak nie są tym samym. Ks. Jaworski konkluduje, że czynnikiem decydującym o narastaniu syndromu wypalenia u powołanych jest koncentracja na własnych siłach i zapomnienie o słowach Jezusa wzywających do odpoczynku i przyjaźni z Nim (por. Mt 11, 28-29). Dlatego podstawą profilaktyki duchowej i zabezpieczeniem przed syndromem wypalenia jest właściwa postawa wobec własnych zadań i obowiązków oraz duchowa więź z Jezusem Chrystusem.²⁸

²⁸ Zob. R. J a w o r s k i, *Wypalenie zawodowe u księży*, s. 76. 80-86.

7. ZACHWIANIE FORMACJI INNYMI ZAGROŻENIAMI

Analizując zagadnienie relacji odpoczynku i formacji trzeba mieć na uwadze także inne zagrożenia i niepokojące trendy u kapłanów i osób konsekrowanych. Ks. Adam Kokoszka nazywa je „grzechami” przeciwko czterem głównym wymiarom formacji.²⁹ Oto niektóre z nich.

W dziedzinie formacji ludzkiej chodzi o brak właściwej higieny życia, złego korzystania ze środków społecznego przekazu i zubożoną komunikację we wspólnocie zakonnej lub kapłańskiej. Można spotkać się z nadużywaniem prawa do dnia wolnego. Jeden z biskupów oceniając zmiany zachodzące w życiu kapłańskim w drugiej połowie XX wieku powiedział, że kiedyś życie księdza koncentrowało się wokół posługi duszpasterskiej, dziś często dąży się za wszelką cenę do wolnego czasu. Nie zawsze jednak wiąże się to z właściwym odpoczynkiem. Patrząc na niektóre postawy powołanych, trudno nie przyznać racji takiemu spostrzeżeniu. Ważnym też jest, w jaki sposób jest przeżywany czas wolny i odpoczynek. Niekiedy ogranicza się on do bezmyślnego oglądania telewizji czy namiętnego ślęczenia przy komputerze. Niektórzy mogą nie być na bieżąco z wydarzeniami i dokumentami Kościoła, ale znają za to wszystkie seriele telewizyjne i teleturnieje. Zwłaszcza życie zakonne, w którym zabezpieczone są podstawowe sprawy bytowe, sprzyja „telewizyjnemu” stylowi życia. Dlatego instrukcja „Życie braterskie we wspólnocie” podkreśla, że kiedy telewizja „*staje się jedyną formą rozrywki*”, to „*utrudnia lub wręcz uniemożliwia nawiązywanie właściwych relacji między ludźmi, ogranicza braterską komunikację i może nawet szkodzić życiu konsekrowanemu*” (ŻBW 34). Bezkrytyczne oglądanie telewizji jest marnotrawstwem czasu, burzy wewnętrzny pokój i utrudnia zjednoczenia z Bogiem i ze wspólnotą. Skutkiem zubożonej komunikacji we wspólnocie jest przejście od „*mutuae relationes*” do „*relationes mutae*”, od „wzajemnych relacji” do „relacji milczących”.³⁰

W zakresie wymiaru duchowego problemem jest podejście do powołania jako do zawodu, etatyzacja powołania kapłańskiego i zakonnego. Groźba etatyzacji polega na redukcji tegoż powołania do pełnionego etatu, np. katechety w szkole, kapelana w szpitalu. Drugim etatem staje się zwyczajna posługa w duszpasterstwie parafialnym, na dalszy plan mogą być również zepchnięte sprawy związane z życiem wspólnotowym. W ustalaniu

²⁹ Zob. A. Kokoszka, „*Blaski i cienie*” formacji stałej polskich kapłanów, *Currenda* 151 (2001) nr 2, s. 259.

³⁰ A. Cencini, *Jak dobrze jest przebywać razem. Życie braterskie w dobie nowej ewangelizacji*, Warszawa 1998, s. 32.

priorytetów czynnikiem dominującym i rozstrzygającym staje się często wysokość zarobków, a nie służba i dobro dusz, miłość Jezusa Chrystusa. Takie podejście prowadzi do funkcjonalizmu.³¹ Zwracał na nie uwagę Hans Urs von Balthasar, snując refleksje na temat życia zakonnego. Funkcjonalizm wypływa z pojmowania i ograniczenia powołania tylko do określonej funkcji.³² Dzieje się tak zgodnie z dzisiejszą tendencją do utożsamienia człowieka z jego funkcją. Na pytanie: kim jesteś?, wielu nie powie: człowiekiem, kobietą, mężczyzną, dzieckiem, lecz „kierownikiem”, „dyplomowaną pielęgniarką”, itp.

Zagrożenia w zakresie formacji intelektualnej związane są z ogólnym poziomem kultury humanistycznej. Braki w tym względzie są jednym ze źródeł ciasnoty myślenia księży i osób zakonnych, jednostronnej wizji rzeczywistości, którą można nazwać klerykalno-zabobonna. Świat jawi się wtedy jako zagrożenie, a nie jako miejsce zbawienia człowieka. Jak wspomniano, odpoczynek jest szansą dla rozwoju formacji intelektualnej. Jeśli jednak nie ma zasmakowania w pięknie literatury, rozczytania w dziełach teologicznych, to wysiłek intelektualny łatwo będzie zdominowany przez różne formy działalności duszpasterskiej. Na pierwszym planie jawi się wtedy budowanie czy remonty kościołów, plebani, domów zakonnych, organizowanie pielgrzymek, czy inne atrakcyjne formy duszpasterstwa, zaś w nauczaniu i przepowiadaniu homiletycznym czy katechetycznym korzysta się często z „gotowców” dostępnych w internecie czy w innych pomocach duszpasterskich. W takim kontekście „lenistwo intelektualne” duchownych prowadzi do zubożenia wiernych i marginalizacji Kościoła. Dla pełności obrazu należy jednak zaznaczyć, że obok tychże zagrożeń i dostrzeganych negatywnych postaw, są zjawiska pozytywne w zakresie właściwego spożytkowania odpoczynku i czasu wolnego dla formacji intelektualnej.

Czwarta grupa zagrożeń związana jest z niewłaściwym pojmowaniem odpoczynku w relacji do „miłości pasterskiej”. Między wspomnianą już przesadną troską o wolny czas, pokusą etatyzacji powołania z jednej strony, a nieumiejętnością odpoczynku, z drugiej jest cała gama postaw, które negatywnie rzutują na formację. Nagminnym grzechem w tym względzie jest przerost poczucia odpowiedzialności i fałszywe pojmowanie słów Jezusa o zaparciu się siebie i wzięciu krzyża w naśladowaniu Go. Można spotkać wielu kapłanów czy sióstr zakonnych, którzy latami nie wyjeżdżają na urlop, bo wydaje im się, że parafia czy inne dzieło będzie po ich

³¹ Zob. B. Gie m z a, *Sens życia konsekrowanego we współczesnym świecie*, Studia Paradyskie 14 (2004) s. 50.

³² Zob. H. U r s v o n B a l t h a s a r, *W pełni wiary*, Kraków 1991, s. 422-423.

wyjeździe źle funkcjonowało.³³ Nasuwa się powiedzenie mojego magistra nowicjatu, który mawiał, że „tych niezastąpionych, to leżą całe cmentarze” Innego typu zagrożenia związane są z „zamkniętym cyklem” życia: dom w pracy, praca w domu. Życie wielu osób powołanych, kapłanów i zakonników, związane jest z małą przestrzenią klasztoru czy plebani, w których się mieszka, modli i pracuje. To może sprzyjać osłabieniu inicjatywy, popadaniu w marazm i rutynę. Zatraca się świeżość spojrzenia, wolny czas jest redukowany do opowiadania po raz kolejny tych samych historyjek czy dowcipów.³⁴

ZAKOŃCZENIE

Przeprowadzona analiza odpoczynku w procesie formacji kapłańskiej i zakonnej została poczyniona na tle ogólnego prawa do wypoczynku i czasu wolnego. Wskazano, że czas ofiarowany człowiekowi jest darem Bożym. W trosce o równowagę między pracą i wypoczynkiem powinniśmy naśladować Boga.

Ta równowaga jest potrzebna także w życiu księdza i osoby zakonnej. Dokumenty Kościoła nie poświęcają temu zagadnieniu wiele miejsca, jednakże istniejące wzmianki i nauczanie ogólne odnoszące się do odpoczynku w życiu człowieka, pozwoliły na ukazanie jego znaczenia i różnych form, jakie przybiera w praktyce. Ukazano także zagrożenia dla procesu formacji wynikające z braku odpoczynku i niewłaściwej higieny życia.

³³ Zob. *Rytm pracy i odpoczynku. Rozmowa z Krystyną Kotową*, Pastores 20 (2003) s. 96-97.

³⁴ Zob. A. R u s a k , *Brat osiołek ma dość*, s. 60.