

Tomislav Ivančić

OBRAĆENJEM do duševnog zdravlja

Zaklada Tomislav Ivančić
Zagreb, 2023.

UVOD

KORIZMA KAO LIJEK

Korizma je dragocjeno razdoblje crkvene godine. Ona čovjeku omogućuje da u vjeri raste. Dok Božić, Uskrs i Duhove slavimo, dotle korizmu živimo.

Korizma je poznata po odricanju. Odricanje grčki znači askeza, a to je neka vrsta spoznaje ili slobode, ili vježba, vježbanje, uvježbavanje.

U korizmi se ne radi samo o tome da se napravi neki napor, ne radi se samo o tome da se pokušamo odricati ili da napravimo velike odluke, a onda ih jedva provedemo. Ne radi se samo o tome da postimo, mučimo se, a da nam je srce daleko od svega toga. Smisao korizme je da ti ona hoće biti najbolji prijatelj, ona hoće oživjeti tvoje udove, ona želi da ponovno tvoje čelo bude uzdignuto. Ona želi da se oslobodiš tereta koji te kao olovo pritišće do zemlje. Korizma zapravo želi učiniti da tvoj duh postane gospodar, da ti postaneš prvi, a ne nešto

drugo na tebi i oko tebe. Cijele godine navučemo na sebe brigu oko tijela te razmišljamo što ćemo i kako ćemo; i to te vuče prema zemlji, prema tijelu i prema brizi koja nema smisla. Ili se, pak, događa da tijelo ili psiha budu bolesni i razmišljamo o tome, trudimo se, žalimo sami sebe, a onda tražimo lijekove, liječnike i sve moguće načine da izađemo iz bolesti, a zapravo ostajemo cijeli život kronično bolesni. Samo zato jer smo se na krivi način išli liječiti. Cijele godine se trudimo, mučimo, ustajemo rano da dođemo na vrijeme na posao, liježemo kasno jer bismo htjeli i televiziju, i radio, i sve drugo poslušati, biti malo zajedno i u obitelji i u braku. U životu se zapravo neprestano krećemo oko onoga što nije, a zaboravljamo ono što jest. Ovo što nije to je ovo što je iza tebe. Jučerašnji dan je zauvijek nestao, sve što si jeo, pio, sve što si imao ostalo je u „jučer“, sve što si radio, što si planirao, ostalo je u „jučer“, a ti si otišao u „danas“ i moraš ići u „sutra“. Tijekom godina tvoje tijelo slabi, oči sve slabije vide, uši slabije čuju, noge su otežale, ruke ne slušaju kao prije.

Isus iz Nazareta kaže: „Duh je onaj koji oživljuje!“ Korizma dolazi uspostaviti mir i red u nama, da postavi tebe kao gospodara u

tijelu, iznad tvojih nagona i briga. Da tebe postavi na čelo, a ne političke, gospodarske, kulturološke ili druge tjeskobe. Ti si važan, samo si ti važan, sve drugo je nevažno, sve drugo odlazi, sve drugo je kao poljski cvijet: procvjeta i onda uvene, ali ti ostaješ. Duh ostaje. Sjeti se samo koliko si u mladosti imao kilograma, kakvo si tijelo imao, a sada!? Koliko si toga nakupio?! Zar ti se ne čini da si postao kao ona lisica koja je ušla u vinograd a bila je mršava, kost i koža, najela se grožđa i udebljala, došla je do rupe u ogradi kroz koju je ušla i ne može van - predebela je. Morala je sve skinuti sa sebe, sve kilograme da bi spasila goli život, da je ne nađu u vinogradu i ne ubiju. Otprilike smo i mi takvi. Najedemo se i napijemo, skupimo imanja, novaca u banci i kod kuće, svih mogućih odijela i haljina, onda na kraju moramo stati da bismo smršavili, moramo stati da bi smo to negdje ostavili, jer treba poći u pošten život, a ne možeš s teretom svojih briga, s teretom koji nikamo ne vodi. Jer što se više brineš da imaš, ti si nesretniji, bolesniji i imaš manje mogućnosti ići u budućnost. Ako si slobodniji od svega toga, to je tvoj svijet slobodniji. Zapravo, moramo reći da jelo i piće, odijelo i modu, glazbu,

prijateljstvo i susrete, sve u tvome životu može uživati samo ako si slobodan od toga, ako si se toga odrekao, ako ti to ne predstavlja naprezanje u životu. Imaš ili ne svejedno ti je, ti uživaš. Ali kad ti to postane glavna briga, a to jest s nama, brinemo se kakav će biti stan, ide li auto, imaš li što za obući i obući, hoćeš li imati sutra i preksutra što jesti, hoće li te otpustiti s posla, hoće li djeca biti zdrava, nije li sin otišao u drogu, nije li kći slabo prošla u školi! Brige, brige i samo brige koje nikuda ne vode, samo ti ne daju da uživaš ovaj život. Tako da ljudi koji su opterećeni ovim životom i tijelom gube ovaj i vječni život, i u tome je tragedija. Zato Isus iz Nazareta odlučno govori: „Tko se ne odreče svega pa i vlastitoga života ne može biti moj učenik!“ Ili: „Tko se odreče žene, djece, polja i njiva, kuća i imanja, svega što posjeduje pa i vlastitog života stotruko će primiti već na ovom svijetu i na drugom život vječni!“ On nam želi reći: „Na ovom svijetu ćeš uživati ako se znaš odreći svega. Što god ti se prilijepilo za srce to je tvoja muka, to ispija tvoju krv, to ispija tvoje misli, tvoje osjećaje, to ti ne da mira.“

Eto kako je korizma dragocjen prijatelj i trebalo bi je na Čistu srijedu uzeti za ruku,

zagrliti ju kao najboljeg prijatelja i reći: „Evo dragi liječniče skini s mene teret koji me muči, koji me pritišće, koji mi stvara bol. Skini s mene teret života, obuci me u lakoću novog ruha, novih misli, novih čežnji, obuci me u ono što ostaje vječno.“ Jer, ako si pošten, ako pošteno radiš, ako si human, ako si moralan, ako voliš ljude, ti ne možeš biti siromah. Ako svoje susjede voliš, s njima živiš u dobrim odnosima, ako pomažeš svojim susjedima, bolesnicima, djeci, starcima oni će se za tebe brinuti, davat će ti, da ćeš biti bogatiji od svih na svijetu. Ako činiš dobro, ako se trudiš biti čovjek, da budeš a ne da imaš, onda će ti čitavo nebo doći u susret i ostavljat će kraj tebe bogatstva čitavoga svijeta. Ako se budeš trudio da budeš vrhunski, moralan, inteligentan čovjek, ako ti je važno da razmišljaš svaki dan, da budeš sve bolji, ako radiš svaki dan makar jedan potez na bolje, čovjekoljubiviji, sve ćeš imati. Ali ako se budeš borio samo za ono malo novaca, za ono malo imanja, da jedeš i piješ, ti ćeš izgubiti i posljednju paru, neće ostati ništa od tebe. To je zapravo korizma. Zato kažem da je korizma naš najbolji prijatelj, da je korizma najljepše razdoblje u crkvenoj godini. Zamislite od Čiste srijede

pa do Uskrsa ti možeš postati bolji čovjek, ti možeš postati zdrav čovjek, ti možeš postati svet čovjek, ti možeš početi pisati knjigu, ti možeš razgovarati s ljudima, pomagati, veseliti se, živjeti i samo se radovati životu. I da vidiš kako je onda slatko nakon Uskrsa popiti čašu vina, čašicu rakije, pojesti nešto dobro, ma i koricu kruha, sve je slatko kad živiš kako treba.

KAZALO

UVOD

Korizma kao lijek.	5
-------------------------	---

I. POGLAVLJE

Obrati se.	11
Vjeruj!	15
Kako se obratiti	20

II. POGLAVLJE

Hagioterapija u korizmi	23
Samo čovjek ima duhovnu dušu	26
Kako postati novi čovjek	28

III. POGLAVLJE

Duševno ozdraviti	31
Ozdraviti brak?.....	34
Ljubomora	38
Samoubojstvo.	42
Ovisnost	44

IV. POGLAVLJE

Smisao križa i patnje	47
Preko križa do slobode	51
Uzeti križ i ići za Isusom	54

V. POGLAVLJE

Kritički razmišljati	59
Put obraćenja	62
Imati ili biti	66

VI. POGLAVLJE

Korizmena ispovijed	71
Kako se dobro ispovjediti	75
<i>Kazalo</i>	79
<i>O autoru</i>	81