
PRZESZKODY W SZUKANIU I ZNAJDOWANIU BOGA

Grzegorz Ginter SJ

Fundamentem życia człowieka jest Bóg. W jaki sposób jednak budować swoje życie na Nim, kiedy nie ma się kontaktu ze sobą, albo kiedy On jawi się jako ktoś daleki, obcy czy nawet złowrogi? Przyjrzyjmy się pokrótce tym trudnościom.

O TRUDNOŚCIACH OSÓB ODPRAWIAJĄCYCH ĆWICZENIA DUCHOWE

Życie można budować na skale albo na piasku. Tak powiedział Jezus na zakończenie Kazania na Górze. Ten obraz stanął mi przed oczami, kiedy myślałem o trudnościach, jakie przeżywają osoby przyjeżdżające na Fundament Ćwiczeń Duchowych. Mają one bardzo różne pragnienia. Czasami wydaje się, jakby znalazły się na rekolekcjach „przypadkowo”. Ostatecznie każda z nich ma szczerze pragnienie spotkania z Bogiem, pragnienie pogłębionej modlitwy słowem Bożym w atmosferze milczenia czy umocnienia swojej wiary. Dość szybko okazuje się jednak, że te pragnienia nie wystarczą, by owocnie odprawić rekolekcje i doświadczyć przemiany serca.

Rekolektanci napotykną różne trudności, których przyczyna leży w nich samych, z czego do tej pory nie zdawali sobie sprawy. Niekoniecznie jest to ich wina. Te trudności mają czasem taką naturę, że czynią osobę niezdolną do odprawiania tego rodzaju rekolekcji. W większości przypadków można im zaradzić w dalszej formacji duchowej.

UCZUCIA – PRZYJACIEL CZY WRÓG?

Bóg ofiarowuje człowiekowi siebie w całości. Nie w kawałku, nie w jakiejś części – daje siebie w całości. To my mamy trudność w przyjmowaniu i przeżywaniu tego, co Bóg nam ofiarowuje. Ta trudność ulokowana jest najpierw w uczuciach. Bardzo wielu ludzi ma słaby kontakt z tym, co czują, co przeżywają, co ich dotyka, porusza. Występuje swego rodzaju nieufność do odczuwania, która objawia się m.in. tłumieniem różnych emocji. Rozważanie słowa Bożego może poruszyć w nas różne przestrzenie życia i wzbudzić różne uczucia: od radości, pokoju serca czy entuzjazmu, po smutek, irytację, zazdrość a nawet gniew czy nienawiść. Z różnych przyczyn możemy nie dopuścić do siebie reakcji naszej psychiki, a w konsekwencji trudno nam będzie spotkać się z Bogiem w autentycznym przeżywaniu samego siebie. Zamiast odsłonić się przed Bogiem i pokazać Mu, że coś jest dla nas trudne, złości nas, wzbudza lęk czy smutek – zaczynamy być poprawni i udawać na modlitwie, że wszystko jest w porządku. Ta wewnętrzna nieszczerość powoduje osłabienie więzi z Bogiem i zahamowanie naszego rozwoju duchowego. Podobnie przecież dzieje się w naszych ludzkich relacjach. Ukrywając swoje prawdziwe uczucia, nie zbudujemy autentycznej i szczerzej więzi.

Bez kontaktu ze swoimi uczuciami, bez umiejętności wyrażania ich w sposób adekwatny i szczerzy, trudno mówić o życiu duchowym i życiu w ogóle. Będzie to zawsze duchowość okaleczona, bo sprowadzona do porządku rozumowego, do tego, co dzieje się tylko „w głowie”. Życie jest jednak po to, by je przeżywać, by je czuć, a nie tylko przemyśleć. Dlatego nie ma autentycznego życia duchowego bez uczuć. Świat emocji jest przestrzenią, w której Bóg spotyka się z nami, a brak kontaktu z nimi skutkuje odcięciem bardzo ważnego kanału komunikacyjnego.

WIEŻA KONTROLNA – WAŻNA, ALE CZASAMI ŚLEPA I GŁUCHA

Nasz umysł jest cudownym narzędziem. Jego głównym zadaniem jest poznawanie rzeczywistości. Dane poznawcze dostarczają mu zmysły, uczucia, wyobrażenia, instynkty, których pracę umysł koordynuje. Do tego dochodzi także cały wysiłek umysłu dotyczący analizowania, wszelkiej obróbki i wyciągnięcia wniosków z dostarczonych danych, na podstawie których nasza wola będzie mogła podjąć odpowiednie decyzje. Te decyzje są też najpierw „zaplanowane” przez umysł. To on wybiera najlepsze opcje, by rozwijało się życie, by miłość mogła bardziej w nas się objawić.

Na rekolekcjach bardzo szybko okazuje się, że umysł nie spełnia prawidłowo do końca wspomnianych ról. Zamiast poznawać rzeczywistość za pomocą zmysłów, umysł „już wie” i nie potrzebuje niczego poznawać. Zamiast czerpać dane z rzeczywistości, czerpie je z przekonań, które sam stworzył. Przykładów mamy aż nadto. Popatrzmy na człowieka, który staje przed nami. Czy przypadkiem już czegoś o nim nie „wiemy”, choć jeszcze nie zamieniliśmy z nim jednego słowa? Tak, to nasze stereotypy czy uprzedzenia sprawiają,

że wcale nie jesteśmy zainteresowani rzeczywistością. Interesuje nas tylko to, co na jej temat myślimy. Jezus wyraźnie o tym mówił, kiedy uczniowie pytali Go, dlaczego naucza w przypowieściach: „Bo mają oczy, ale nie widzą...”. Mamy zmysły, ale umysł je blokuje i nie korzysta z ich usług.

Życie człowieka potrzebuje wszystkich władz i „narzędzi”, z jakich jesteśmy zbudowani: zmysłów, instynktów, uczuć, wyobraźni, pamięci, woli oraz umysłu, którego zadaniem jest zarządzać tym wszystkim, bez tłumienia, pomijania, zniekształcania czy wręcz niszczenia w nas czegokolwiek. Tylko wtedy będziemy rozwijali się harmonijnie i nasze życie zyska prawdziwy fundament na skale – miejsce spotkania z Bogiem, drugim człowiekiem i sobą.

BRAK HAMULCÓW – PROBLEM Z ZATRZYMANIEM SIĘ

Inną trudnością, nie tylko w odprawieniu rekolekcji, ale także w przemianie życia, jest jego pęd. Wszystko musi być na już, na teraz, na „wczoraj”. Świat nie ma hamulców, nieustannie pędzi. Jeżeli nie potrafimy zatrzymać się, to też nie jesteśmy zdolni do coraz głębszego, pełniejszego, wrażliwszego życia. Głębia życia przychodzi bowiem wtedy i tylko wtedy, kiedy umiemy zatrzymać się choć na chwilę. W przeciwnym przypadku grozi nam grząskość zamiast głębi.

Zatrzymanie się i refleksja są potrzebne, by zrobić trzy istotne kroki: odczuć, rozeznac i podjąć decyzję. Pierwszy krok – odczucie – daje nam kontakt z tym, co się aktualnie w nas dzieje. Pozwala spotkać się z naszymi uczuciami, pragnieniami, wrażeniami, poruszeniami. Z tymi różnymi bodźcami, które do nas docierają i pomagają się naszej uwagi i decyzji. Jeśli nie umiemy się zatrzymywać,

by zdać sobie z nich sprawę, wtedy życie zaczyna przeciekać nam między palcami, a my coraz mniej wiemy, kim jesteśmy. Tak więc, pierwszą trudnością w szukaniu i znajdowaniu Boga we wszystkim jest brak kontaktu z uczuciami.

Drugi krok jest związany z naszym umysłem. Rozeznanie bowiem, to nic innego niż refleksja nad tym, co odczuwamy, co do nas dociera. Polega ona na nazywaniu i interpretowaniu tego, co się z nami dzieje. Bez tego kroku trudno o dobre i mądre decyzje w naszym życiu.

Wreszcie można zrobić krok trzeci – podjąć decyzję. Co mogę zrobić z tym, co odczułem w sobie i rozeznałem? Możemy za tym pójść, możemy również powiedzieć temu „nie”. Jeśli odczuwamy i rozeznajemy, że coś mogłoby nam zrobić jakąkolwiek krzywdę (np. pokusa), wtedy stawiamy jej granicę i nie wpuszczamy do serca. W każdym przypadku zaczynamy podejmować odpowiedzialne decyzje, tzn. dawać odpowiedź na to, co życie przyniosło. Bez zatrzymywania się, bez refleksji nad sobą, naszym decyzjom grozi to, że zamiast cechować się odpowiedzialnością będą impulsywne, czyli bardziej reagujące na bodźce niż dające spokojną, rozeznaną odpowiedź. Widzimy więc, że zarówno uczucia, jak i umysł potrzebują tej zdolności do zatrzymywania się i refleksji, by dać życiu odpowiedź na to, co przynosi.

CZŁOWIEK OBRAZEM BOGA – BÓG WYOBRAŻENIEM CZŁOWIEKA

Człowiek jest stworzony na obraz Boży, a tym obrazem Boga niewidzialnego jest Jezus Chrystus (por. Kol 1, 15). Nosimy Go w sobie jak „matrycę”, na wzór której Duch Święty powoli nas kształtuje, upodabniając do Niego. Dlatego św. Paweł może pisać, że „żyję już

nie ja, lecz żyje we mnie Chrystus” (Ga 2, 20). Życie chrześcijanina to proces stawania się podobnym do Chrystusa. Grzech jednak sprawia, że tracimy kontakt z prawdziwym wizerunkiem Boga w sercu. Ten obraz kształtuje w nas najpierw nasze najbliższe otoczenie: rodzice, wychowawcy, przyjaciele, katecheci, czyli wszyscy ci, którzy są dla nas w jakiś sposób ważni, są dla nas autorytetami. Ponadto wpływ na nasze postrzeganie Boga mają również znaczące wydarzenia naszej historii. Kiedy patrzymy na Boga przez ten pryzmat, może się zdarzyć, że nie spotykamy się z prawdziwym Bogiem, lecz naszym wyobrażeniem o Nim. Możemy sobie wyobrazić, że gdy dziecko dorasta w środowisku, w którym doświadcza minimalnej miłości i troski, a więcej przemocy i odrzucenia, trudno mu będzie uwierzyć w bezwarunkową miłość Boga. Bo obraz Boga, jaki nosimy w sobie, a więc nasze przekonanie o tym, jaki On jest, rodzi sposób w jaki się do Niego zwracamy, i sposób, w jaki działamy. Bóg, który byłby w naszym mniemaniu despotycznym tyranem, nie będzie osobą, do której chcielibyśmy się zwracać z naszymi życiowymi trudnościami. Nasz kontakt z takim Bogiem ograniczymy do niezbędnego minimum, bez pragnienia wchodzenia z Nim w relację, a jeśli już, to jedynie traktując taką modlitwę jak przykry obowiązek. To tylko jeden z przykładów naszego postrzegania Boga, jakim możemy żyć na co dzień. Może być On dla nas również złotą rybką, spełniającą życzenia, lub pogotowiem ratunkowym, które odpowiada słynnej zasadzie „jak trwoga to do Boga”, a może jest dobrym wujkiem z Ameryki – czyli Bogiem niby dobrym, ale dalekim i nieobecnym.

Nieadekwatny obraz Boga, czy wręcz iluzoryczny, sprawia, że zamiast spotykać się z Bogiem, który jest Prawdą, rozmawiamy z naszym wyobrażeniem o Nim. Skoro jednak taki Bóg nie istnieje

(jest wymyślony – najczęściej w sposób niezawiniony przez nas), to i nasze modlitwy chybają celu. Rodzi to w nas frustrację i pogłębia przepaść między nami a Bogiem. Uświadomienie sobie tego może pomóc w przychodzeniu do prawdziwego Boga, a na pewno do tego, by Go nieustannie prosić: „Pokaż mi, jaki jesteś naprawdę”.

CO DALEJ?

Przedstawione wyżej cztery główne trudności życia duchowego blokują w nas zdolność spotykania się z Bogiem, ze sobą i z naszym otoczeniem. Zamiast budować fundament naszego życia na solidnej skale dobrych i głębokich więzi, opartych na kontakcie ze sobą i z rzeczywistością, zaczynamy konstruować „własny” świat na iluzorycznym piasku. Nie jest to najczęściej celowe działanie, wykonywane z premedytacją. W głębi siebie odkrywamy szczerze pragnienie dobra i szczęścia, opartych na bliskości z Bogiem i ludźmi. Co możemy z tym zrobić? Na początek, być może, niewiele. Wystarczy najpierw uświadomić sobie te trudności, przyjąć je jako dotykające nas osobiście i prosić Boga, by uporządkował i uzdrowił nasze życie w tym właśnie aspekcie. Samemu zaś należy czynić, tyle, ile zdołamy, by przybliżyć się do Boga i ludzi. Wszak do bliskości dochodzimy przez przybliżanie się, do głębokich więzi – przez codzienne budowanie ich, do miłości dochodzi się kochając.

Grzegorz Ginter SJ – jezuita, rekolekcjonista, kierownik duchowy. Administruje stroną e-DR (Internetowy Dom Rekolekcyjny). Obecnie pracuje w Ignacjańskim Centrum Formacji Duchowej w Gdyni.

ZRÓB PIERWSZY KROK / ĆWICZENIE

Aby zrobić pierwszy krok w przezwyciężeniu trudności w szukaniu i znajdowaniu Boga na modlitwie, poświęć chwilę na poniższe ćwiczenia.

[UCZUCIA]

Przeczytaj powoli fragment Pisma Świętego.

Poczuj: jakie uczucia poruszyły się w tobie? Nazwij je.

Pamiętaj: nikt Cię teraz nie ocenia, uczucia nie podlegają ocenie moralnej.

Przejdź do kolejnego fragmentu.

Tak mówi Pan Zastępów: Ukarzę Amaleka za to, co uczynił Izraelitom, jak stanął przeciw nim na drodze, gdy szli z Egiptu. Dlatego teraz idź, pobijesz Amaleka i obłożysz klątwą wszystko, co jest jego własnością; nie lituj się nad nim, lecz zabijaj tak mężczyzn, jak i kobiety, młodzież i dzieci, woły i owce, wielbłądy i osły (1 Sm 15,2-3).

Wtedy Jezus spojrział z miłością na niego i rzekł mu: „Jednego ci brakuje. Idź, sprzedaj wszystko, co masz, i rozdaj ubogim, a będziesz miał skarb w niebie. Potem przyjdź i chodź za Mną!” (Mk 10,21).

Czyż może niewiasta zapomnieć o swym niemowlęciu, ta, która kocha syna swego łona? A nawet, gdyby ona zapomniała, Ja nie zapomnę o tobie (Iz 49,15).

[ROZUM]

Przeważnie używamy dwojakiego rodzaju skrótów myślowych, by nie dociekać, jak jest naprawdę: stereotypami i przekonaniami. Tymi skrótami myślowymi również możemy posługiwać się podczas modlitwy.

- Jako przykład niech posłużą nam stereotypy narodowe. Dokończ następujące zdania: „Rosjanin to...” (jest to stereotyp Rosjanina w Polsce)
- Oto stereotyp o Polakach w Niemczech: „Polak to złodziej samochodów i pijak”. Czy zgadzasz się z nim? Jeżeli nie, to dlaczego?

- Porównaj swoją stereotypową odpowiedź o Rosjaninie ze stereotypową opinią Niemca o Polakach.
- Zastanów się, czy twoja opinia stereotypowa o Rosjanach nie jest tak samo mylna, jak opinia Niemców o Polakach.

Jeżeli nie znasz osobiście żadnego Rosjanina, to będziesz posługiwał się jedynie stereotypowym myśleniem, jeżeli znasz wielu Rosjan, wówczas nie zgodzisz się z opinią o „typowym” Rosjaninie. Ludzie, którzy nie uczą się świata i nie mają osobistego doświadczenia w danej kwestii, wiedzę na jej temat czerpią z myślenia stereotypowego.

Twoje przekonania również mogą Cię blokować, aby „otwartymi” oczami widzieć rzeczywistość. Przekonania powstają głównie wtedy, gdy twoja wiedza o całej rzeczywistości opiera się jedynie na własnym doświadczeniu.

[DECYZJA]

Głębia życia i modlitwy przychodzi wtedy, gdy potrafimy zatrzymać się, by odczuć, rozeznąć i wówczas podjąć odpowiedzialną decyzję. Aby nie działać impulsywnie, trzeba zatrzymać się i zrobić trzy rzeczy:

1. Odczuć
2. Rozeznąć
3. Podjąć decyzję

Pomocą w przeżywaniu swojego życia może być ignacjański rachunek sumienia (patrz str. 45).

[OBRAZ BOGA]

Zastanów się, jaki jest twój obraz Boga.

Przeczytaj przypowieść o synu marnotrawnym (Łk 15,11-32).

Przypomnij sobie życie Jezusa opisane w Ewangeliach.

Skonfrontuj swój obraz Boga z obrazem ojca z przypowieści i z Jezusem.