

Ks. Andrzej PELC SAC

POSZUKIWANIE WEWNĘTRZNEGO POKOJU NA DRODZE WIARY

Treść: 1. Natura lęku i niepokoju człowieka; 2. Drogi otwarcia się na dar Bożego pokoju: a. Zerwanie z grzechem; b. Postawa słuchania i modlitwy; c. Dobra wola.

Słowa kluczowe: duchowość chrześcijańska, pokój duchowy, lęk psychologiczny, wyzwolenie duchowe.

Keywords: Christian Spirituality, Spiritual Peace, Psychological Anxiety, Spiritual Liberation.

Czasy, w których żyjemy pełne są zamieszania i niepokoju. Można nawet mówić o pewnej paradoksalności życia. Z jednej strony człowiek w głębi swego serca pragnie pokoju, odczuwa lęk przed każdą formą agresji, a z drugiej strony sam – na przykład poprzez inwestowanie w rozwój broni nuklearnej, atomowej, czy chemicznej – przyczynia się do narastania atmosfery zagrożenia. Z jednej strony człowiek słyszy w sumieniu głos powinności moralnej, nakazujący mu pielęgnowanie pokoju na świecie, a z drugiej strony to on przecież jest sprawcą przemocy i terroryzmu¹. Ktoś nawet dokonał obliczenia, że w ciągu ostatnich 5 000 lat na świecie tylko 292 lata minęły w pokoju. W tym czasie miało miejsce 14 500 wojen, w których zabito 3,6 miliarda ludzi. Dlatego też E. Arson w swojej książce *Człowiek istota społeczna* pyta: „Jakiego rodzaju istotą jest człowiek, skoro najważniejszymi wydarzeniami z jego krótkiej historii są sytuacje, w których ludzie zabijają się masowo nawzajem?”

Ale brak pokoju w dzisiejszym świecie wiąże się nie tylko z kwestią samego zbrojnego, bądź katastroficznego zagrożenia ze strony niekontrolowanych żywiołów. Braku pokoju człowiek doświadcza często sam w sobie, zwłaszcza w chwilach nieświadomionego wzrostu agresji wobec innych, często nawet najbliższych. Raniąc innych, człowiek rani sam siebie, pozbawia bowiem siebie miłości tych, których kocha, na których mu zależy, którzy w wymiarze egzystencjalnym zapewniają mu poczucie bezpieczeństwa. Ponadto ogromne cywilizacyjne przyspieszenie, wystawienie na ciągłe działanie przeróżnych bodźców, wobec których trudno pozostać obojętnym, zawrotne tempo zmieniających się sytuacji, mód i pojęć rodzi w człowieku ogromny niepokój. Człowiek zatem w poszukiwaniu pokoju – tego prawdziwego pokoju – zwraca się w stronę religii. Tego pokoju człowiek poszukuje nie tylko w chrześcijaństwie, ale także w innych religiach, zwłaszcza wschodnich. My jednak pragniemy skoncentrować się na pokoju będącym owocem przyjętej i głęboko przeżytej wiary w Boga, który jest miłością.

¹ Por. R. ROGOWSKI, "Pokój w aspekcie znaków czasu", w: *Teologia pokoju*, red. S.C. NAPIÓRKOWSKI, Niepokalanów 1988, 124n.

1. Natura lęku i niepokoju człowieka

Lęk i niepokój, zgodnie z tym, co czytamy w Piśmie Świętym, są niejako powszechnymi i fundamentalnymi stanami każdego człowieka:

Wielka udręka stała się udziałem każdego człowieka i ciężkie jarzmo [spoczęło] na synach Adama, od dnia wyjścia z łona matki, aż do dnia powrotu do matki wszystkich. Przedmiotem ich rozmyślań i obawą serca jest myśl o tym, co ich czeka, jest dzień śmierci. Poczynając od tego, który siedzi na wspaniałym tronie, aż do tego, który siedzi na ziemi i w popiele, od tego, który nosi fioletową purpurę i wieniec, do tego, który się okrywa zgrzebnym płótnem: [wciąż] gniew, zazdrość, przerażenie i niepokój, bojaźń śmierci, nienawiść i kłótnia. Nawet w czasie odpoczynku na łóżku sen nocny zmienia mu wyobrażenia: zaznaje mało spoczynku, jakby nic, a już w snach [ma takie wrażenie], jakby w dzień stał na czatach, jest przerażony widzeniem swego serca, jakby uciekał przed bitwą - budzi się w chwili swego ocalenia i dziwi się, że strach ten był niczym (Syr 40, 1-7).

Jak dodaje Hans Urs von Balthasar, ten lęk jest powszechny, bo trzyma w swej mocy wielkich i małych, kapłanów i świeckich, nie pomija nikogo² Potwierdzają to nawet mistyczne przeżycia świętych, w których wyczuwa się wielki niepokój, obawy odrzucenia przez Boga, pozbawienia Jego miłości. Mimo tylu starań i wysiłków w celu pełnego otworzenia się na Słowo Boże i ewangeliczne obietnice Jezusa, wciąż wiele ludzkich serc dręczonych jest przez lęk i niepokój. Można by powiedzieć, że z uporem naśladują „niewiernego” Tomasza. „Spowiednicy znają dobrze te dusze, które są dla nich największym umartwieniem; owe dusze bojaźliwe, nieufne, zastrachane i jęczące. Na próżno je napominają i pouczają; wszystkie rady i nauki rozbijają się o skałę: nieuleczalne skrupuły i chroniczny stan przygnębienia, również dokuczliwy jak paraliżujący duszę”³ Te słowa potwierdzają zatem tę powszechną naturę lęku, którym obdarzona jest każda ludzka istota. Nie można przed nim uciec, jak wskazuje Księga Syracha, ani w sen, ani w żadne inne formy ucieczki, jakie wymyśliła dzisiejsza cywilizacja, bo choć na moment potrafią one skierować strumień świadomości w inną stronę, odwracając uwagę człowieka od treści jego lęku i niepokoju, to jednak po przebudzeniu świadomości człowiek z powrotem zostaje wrzucony w swą codzienną obawę.

Słowo Boże traktuje zatem wszelkiego rodzaju lęk człowieka jako jeden z fundamentalnych stanów ludzkiej kondycji. Ale – jak wskazuje historia Hioba, czy wielu świętych, a zwłaszcza męczenników – Bóg dopuścił istnienie tego lęku nie po to, aby poniżyć i udręczać dzieło swoich rąk, ale by ten lęk przewartościować, tak jak wszystko, co ludzkie. Lęk jest zatem, jak mówi Balthasar, gliną w rękach Stwórcy i Zbawiciela.⁴

Można zatem powiedzieć, że do pogody ducha i pokoju serca człowiek podąża przez lęk (*ad augusta per angusta*). Czy taka jest rzeczywiście prawidłowość w życiu duchowym? Twierdzącą odpowiedź wydają się potwierdzać słowa samego Jezusa, kiedy mówi, że droga do życia wiecznego jest wąska i stroma. Może to sugerować

² Por. H.U. VON BALTHASAR, *Chrześcijanin i lęk*, (=Problemy teologiczne 1), Kraków 1997, 12.

³ M. LEKEUX, *Świętość i dobra wola*, t. 2, Warszawa 1992, 46.

⁴ Por. H.U. VON BALTHASAR, *dz. cyt.*, 11.

jednak, że życie nie jest darem, ale trzeba sobie na nie zasłużyć. Tymczasem życie zawsze pozostaje darem. Zarówno pierwsze narodziny człowieka, jak i jego drugie narodziny dla nieba nie są nagrodą, ale darem. Jednak podobnie jak pierwsze narodziny przebiegają w boleściach, jak pierwszy oddech jest krzykiem, tak i drugie narodziny dokonują się poprzez skurcz całej istoty, często równie bolesny.⁵

Lęk i niepokój z jednej strony przynależą do ludzkiej natury, wynikają z kruchości stworzenia zdążającego ku pełni. Z drugiej jednak strony mogą też być wyrazem działania łaski samego Boga. Ich natura może być zatem nadprzyrodzona, na co wyraźnie wskazuje św. Jan od Krzyża, kiedy mówi:

*O żywy płomieniu miłości,
Jak czule rani siła żaru twego
Środka mej duszy najgłębsze istotności!
O słodkie żaru upalenie!
O rano pełna uczucia błogiego...
Przez śmierć wprowadzasz do życia pełności!*

Lub też na innym miejscu:

przez noc ciemną, pełną lęków i rozpaloną miłością.

W sposób bardzo wyraźny św. Jan daje do zrozumienia, że lęk jest łaską, której źródłem jest miłość Boga. Gdy człowieka ogarnia lęk, szuka zwykle czyjejs dłoni, aby ją chwycić, chociaż dotknąć. Taki jest sens udręk, lęków i niepokojów daru mistycznej nocy. Jest ona poszukiwaniem Boga, do którego człowiek pragnie przyłgnąć i w którym pragnie odnaleźć upragniony spokój duszy.

2. Drogi otwarcia się na dar Bożego pokoju

Przesłanie ewangeliczne wskazuje wyraźnie, że to Chrystus Pan daje pokój prawdziwy. Nie tak daje, jak daje świat (por. J 14, 27). Dlatego z tego ewangelicznego orędzia pokoju wypływa wniosek, że to ani chrześcijanie, ani inni ludzie idą czynić pokój w świecie. Czynić to będzie sam Bóg. Zadaniem człowieka jest otworzyć swoje serce na ten dar Bożego pokoju, w myśl słów św. Pawła „A sercami waszym niech rządzi pokój Chrystusowy” (Kol 3, 15).

a. Zerwanie z grzechem

Nie ma pokoju dla grzesznika – takie przesłanie wynika z całej teologii św. Pawła, choć można śmiało stwierdzić, że jest to przesłanie całego Pisma Świętego. Grzesznicy nigdy nie zaznają spokoju, po prostu „droga pokoju jest im nieznaną” (Rz 3, 17). Taka jest natura grzechu, że wprowadza on wielki nieporządek w sercu człowieka. Zakłóca, albo wręcz zrywa wszystkie relacje człowieka z Bogiem, który jest ostatecznym źródłem pokoju, w myśl słów św. Augustyna, że niespokojne jest serce człowieka, dopóki nie spocznie w Bogu. Grzech jest też źródłem niepokojów we wszystkich relacjach oso-

⁵ Por. Brat EFRAIM, M. MARDON-ROBINSON, *Droga przez mrok albo szaleńcy Boży*, Kraków 2000, 43.

bowych człowieka z innymi ludźmi. Wszystkie napięcia człowieka w tych relacjach odbijają się na stanie jego ducha.

Ponadto grzech, zrywając wszystkie źródłowe i istotne życiowo relacje człowieka z Bogiem, wystawia biedną ludzką istotę na działanie innych, czysto naturalnych i psychicznych sił, z których każda ciągnie w swoją stronę, wywołując odczucie wewnętrznego rozdarcia, pełne niepokoju i lęku. Widzimy zatem, że grzech, ten popełniony świadomie, albo przy częściowym przyzwoleniu, jawi się jako cofanie się, jako zanik istotnego wymiaru człowieczeństwa. To dlatego uświadomienie sobie całego dramatu i wymiaru grzechu rodzi w człowieku poczucie winy, przybierając takie postacie zachowań ja zniechęcenie, ucieczka, opuszczenie czy nawet depresja, czyli całkowite pozbawienie wewnętrznej radości i pokoju w sercu.⁶ Jednak ten niepokój serca z powodu poczucia winy za popełnione grzechy, wyrządzone krzywdy, może okazać się dynamizmem pozytywnym, który stoi na czele integralnego rozwoju człowieka. Takie psychologiczne reakcje na poczucie winy z powodu popełnionego grzechu są sprzeczne z dynamiką chrześcijańskiego przebaczenia. Człowiek bowiem poprzez skruchę, która z jednej strony jest pewnością własnej grzeszności, a z drugiej strony pewnością Miłości Boga większej od jakiegokolwiek naszej niewierności, ponownie nawiązuje obfitującą w pokój więź z Bogiem⁷. Dlatego św. Paweł mówi: „Dostąpiwszy więc usprawiedliwienia przez wiarę, zachowajmy pokój z Bogiem” (Rz 5, 1). Usprawiedliwienie i pojednanie z Bogiem jest podstawą nowej jakości życia człowieka, jego relacji. Stan przyjaźni z Bogiem stanowi gwarancję opieki i wybawia przed sądem i boskim gniewem, obfituje radością przeżywaną w sercu: „W ów dzień powiedzą: Winnica uroczna! Śpiewajcie o niej! Ja, Pan, jestem jej stróżem; podlewam ją co chwila, by jej co złego nie spotkało, strzegę jej w dzień i w nocy. Nie czuję gniewu. Niech Mi kto sprawi w niej ciernie i głogi! Wypowiem mu wojnę, spalę je wszystkie razem! Albo raczej niech się uchwyci mojej opieki, i zawrze pokój ze Mną, pokój ze Mną niech zawrze!” (Iz 27, 2-5).

b. Postawa słuchania i modlitwy

By odnaleźć wewnętrzny pokój i radość, trzeba przede wszystkim odnaleźć samego siebie. Człowiek pozostający w oderwaniu od Boga nigdy nie będzie potrafił odnaleźć tak naprawdę siebie. Najlepiej wyjaśnia to cytowany już św. Augustyn: „Uczyniłeś nas dla Siebie, o Boże i nasze serce nie znajdzie pokoju, dopóki nie spocznie w Tobie”⁸. Idąc tą drogą myślenia, widzimy, jak w tym poszukiwaniu wewnętrznego pokoju ważna jest modlitwa, ważne jest wewnętrzne nasłuchiwanie. Modlitwa i nasłuchiwanie są bowiem wyrazem podejmowanego przez człowieka wysiłku, aby nawiązać kontakt z Bogiem, który jawi się człowiekowi jako osoba niezbędna, aby już tu na ziemi przeżywać radość i zachować w sercu pokój.

Już „od momentu pojawienia się człowieka na ziemi rozpoczęła się historia modlitwy; mężczyźni i kobiety różnych religii zwracali się, i nadal się zwracają, z modlitwą

⁶ Por. G. SOVERINGO, *Poczucie winy*, Kraków 1993, 83.

⁷ Por. *tamże*, 87.

do Bytu najwyższego, który nazywają na różne sposoby. Modlitwa jest natychmiastową odpowiedzią wychodzącą z serca istoty ludzkiej, kiedy staje wobec prawdy istnienia”⁸

Jest taki modne powiedzenie: „Co słyhać?” A to zależy, gdzie się ucho przyłoży. Czego zatem najczęściej słuchamy? Czy czasem nie ma w nas lęku przed ciszą, tak bardzo potrzebną w modlitwie i naszym wewnętrznym otwarciu się na Boga? Dla wielu ludzi cisza i milczenie wydają się być pustą przestrzenią, rodzącą niczym ciemność różne koszmary, lęk i niepokój. Tymczasem prawdziwa cisza, czyli nie jakaś chorobliwa głuchota, ale ciężko wypracowany dystans do wszystkich hałasujących w świecie źródeł, jest doświadczeniem pokoju, wypłynięciem na głębię własnego istnienia, ale przede wszystkim jest wewnętrzną uwagą skierowaną na obecność Boga.

Nadmiar hałasu – nie tyle w znaczeniu fizycznym, lecz jako nieustanne zamieszanie myśli, wyobraźni, słuchanych bądź wypowiedzianych słów - któremu czasami ulegamy, a który jest doskonałą pożywką dla naszych uczuć i emocji, uniemożliwia nawiązanie głębszej więzi z Bogiem w modlitwie.⁹

Milczenie nie jest zatem pustą przestrzenią, w którą człowiek zapada się przerażony, ale jest świadomym wysiłkiem wchodzenia do własnego wnętrza, dotarcia w naszych sercach do wewnętrznej izdebki (jak wyraziła to święta Katarzyna Sieneńska), gdzie człowiek odnajduje w modlitewnej atmosferze spotkania pokój i radość obcowania z Bogiem. Ludzie tak chętnie wyjeżdżają, zwłaszcza z wielkich aglomeracji miejskich, do takich miejsc, w których „można usłyszeć ciszę”, nacieszyć wzrok soczystą zielenią, cudowną harmonią natury i odpocząć wewnątrz i duchowo. Tak samo owocne będą dla nich wyprawy w głąb swojej duszy, gdzie człowiek spotyka się ze swoim Stwórcą, Stwórcą wszelkiego piękna stworzonego, z Tym, który go zna najlepiej, kocha bezwarunkowo.

c. *Dobra wola*

Koniecznym warunkiem wewnętrznego pokoju jest to, co możemy nazwać dobrą wolą. Można ją też nazwać inaczej: czystość serca. Dobra wola to nic innego, jak najbardziej naturalna, niczym nie wymuszona wewnętrzna dyspozycja człowieka, silna i niezmienna, bo zrośnięta z jego naturą, decydująca o ciągłym poszukiwaniu Boga, aby Go miłować ponad wszystko inne i bez względu na okoliczności pełnić tylko Jego wolę i jej całkowicie siebie podporządkować¹⁰

Sumienie człowieka jest nieraz areną ścierających się myśli, pragnień, odczuć. Przeróżne siły oddziałują dzisiaj na człowieka, ograniczając jego poznanie lub też wpływając na jego decyzje. Dlatego już Ojcowie Kościoła w Jego pierwszych wiekach, kiedy jeszcze świat nie miał tak opracowanych metod oddziaływania na psychikę człowieka, mówili, że życie każdego chrześcijanina jest niewidzialną bitwą. Nie tylko nasze wewnętrzne i duchowe samopoczucie, ale także cała nasza wieczność

⁸ C.M. MARTINI, *Odnaleźć siebie samych*, Kielce 1999, 39.

⁹ Por. J. PHILIPPE, *Strumienie wody żywej*, Kraków 1997, 267.

¹⁰ Por. *tamże*, 147.

zależą od tego, w jaki sposób tocymy tę bitwę. A front tej wojny przebiega tak poprzez ciało, jak i przez duszę.¹¹

Spośród tych głosów, które człowiek w sobie słyszy, jedną są mu życziwe, bo pomagają mu pełnić na codzień wolę Boga, przynosząc ostatecznie jego sercu upragniony pokój. Inne są mu jednak niezycziwe i po chwilowym samozadowoleniu ostatecznie stają się powodem wewnętrznych udręk i wielkiego niepokoju. Dlatego tak wielką pomocą w tym wewnętrznym rozeznawaniu jest dobra wola, na którą składa się czysta i szlachetna intencja człowieka, pozwalająca lepiej rozróżniać dobro od zła. Sama dobra wola nie oznacza jeszcze świętości. Może współistnieć także z wątpliwościami, które dręczą człowieka. Nie gwarantuje, że nie popełni się już żadnego błędu na drodze poszukiwania Boga, Jego prawdy i woli. Ale na pewno stanowi jedną z pewniejszych, naturalnych dróg do świętości, do zjednoczenia z Bogiem, a zatem głębokiego wewnętrznego pokoju.

Dobra wola to zatem utrwalona dyspozycja, aby Bogu zawsze odpowiadać twierdząco na Jego wezwanie, na Jego wolę. Dopóki człowiek nie nabędzie takiej wewnętrznej determinacji, aby zawsze w sposób całkowicie odruchowy i naturalny kierować się w kierunku prawdy i dobra, nigdy nie przestaną gnębić go niepokoje i smutek. Niepokój z tego powodu, że nie kochamy Boga tak, jak On sobie tego życzy, a smutek, ponieważ wciąż nie odczuwamy głęboko w sobie smaku Jego miłości i prawdziwego pokoju, którego tylko On może udzielić.¹²

Dobra wola jest jak naturalny ster w człowieku, kierujący go zawsze ku Bogu, ku szczęściu, ku prawdzie. Wokół mogą szaleć burze, przechodzić rozmaite nawałnice życiowe, jednak człowiek, dzięki dobrej woli, będzie zawsze zmierzał ku strumieniom wody żywej. Choć płynie ona na życie wieczne, to już teraz zaspokajają wszystkie pragnienia, które rodzą się w czystym sercu człowieka, przywracając jego sercu pokój i radość.

RECHERCHE DE LA PAIX INTÉRIEURE

SUR LE CHEMIN DE LA FOI

Résumé

Le chrétien vise la paix intérieure comme élément accompagnant intégralement l'expérience de la foi. D'après l'Auteur, la libération du péché, l'ouverture à la Parole de Dieu, la prière ainsi que l'authentique acceptation des conditions de la vie par la volonté humaine constituent le chemin de la liberté intérieure, y compris la libération des craintes psychologiques et existentielles. La paix intérieure n'apparaît réellement que par la confiance que l'on donne à Dieu, Sauveur et Source d'une vraie paix.

¹¹ Por. G.A. MALONEY, *Modlitwa serca*, Włocławek 2005, 101.

¹² Por. J. PHILIPPE, *Strumienie wody żywej*, Kraków 1997, 148.