

# Walka duchowa

## Konferencja VII

### Smutek: zniekształcony stosunek do czasu.

*Z gniewu rodzi się smutek, ponieważ zmacony umysł, im bardziej w nieuporządkowany sposób się burzy, w tym większy popada zamęt; a kiedy zagubi łagodność spokoju, pasie się smutkiem wypływającym z tego zamętu.*

*Grzegorz Wielki*

Smutek, to przygnębienie duszy i powstaje z myśli gniewu, z tej racji Ewagriusz na swojej liście zaraz po gniewie go właśnie umieszcza. W innym miejscu jednak odwraca kolejność tych dwóch namiętności w przekonaniu, że czasami smutek jest swego rodzaju łożyskiem, w którym gniew jest utrzymywany w ryzach i ukrywany. W związku z tym św. Paweł pisał, dając początek bardzo długiej tradycji duchowej: „smutek, który pochodzi od Boga prowadzi do nawrócenia, smutek zaś tego świata prowadzi do rozpacz”. (2Kor 7,10)

Istnieje zatem jakiś dobry smutek, który polega na cierpieniu z powodu własnego oddalenia od Boga i który może prowadzić nawet do przygnębienia, poczucia, że nasze serce jest przebite przez samego Boga, wzywającego nas do powrotu do Niego.

Jednak zajmujemy się tym drugim smutkiem, mieszkającym w nas mrokiem, który nas przytłacza i paraliżuje, powoli gasząc chęć do życia.

Znakiem pozwalającym rozpoznać ten smutek jest niezdolność do płaczu. Tylko dzięki darowi łez możemy bowiem doświadczyć smutku jako słusznego cierpienia z powodu naszych grzechów. W pierwotnym Kościele istniała modlitwa o dar łez.

Smutek „robak serca” (wg Ewagriusza), zakrada się do serca człowieka i powoli niszczy jego życie, tak ja mól ubranie. Jeśli nie jest zwalczany, w końcu zamieszkuje w nas na stałe i coraz trudniej go odpędzić. Smutek jest w całym znaczeniu tego słowa nie-przyjemnością, odbierając duszy wszelką przyjemność i wysuszając ją przez smutek” Ewagriusz.

Smutek leży u korzenia depresji nerwowej, ponieważ prowadzi do poczucia bezsensu, do stanu letargu, w którym życie wydaje się pozbawione światła i nadziei; staje się nie do życia. Wymowne, że dwa psalmy podają jako refren „Czemu zgnębiona jesteś duszo moja i czemu jęczysz we mnie?” (Ps 42,6.12; 43,5)

**Dlaczego smutek mieszka w naszym wnętrzu jako ciemność, jako szmer i nie przestaje nas nękać?**

Od czasu do czasu niesprawiedliwie doznawane cierpienia, rzeczywiste przeszkody życiowe, uświadamianie sobie niespełnionych pragnień, również tych najbardziej szlachetnych i słuszych – wszystko to rodzi w nas smutek. Niewątpliwie życie i rzeczywistość stają nam na przeszkodzie na wiele sposobów. Jednak biada temu, kto myśli, że będzie mógł żyć w świecie bez rozczarowań, wyimaginowanymi tęsknotami lub niemożliwymi do spełnienia oczekiwaniami! Kto ma mniejsze potrzeby, temu łatwiej osiągnąć szczęście! Jeżeli natomiast człowiek ćwiczy się w akceptacji codziennych przeszkód, jeżeli mimo cierpienia potrafi przyjmować i przekształcać swoje rany, to wówczas będzie mógł otworzyć się na tę pociechę, jak płynie z komunii z Bogiem i braćmi.

Wydaje się idąc jeszcze bardziej w głąb, że zasadniczą cechą smutku, jest to, że stanowi on patologię dotyczącą naszego stosunku do czasu. Z jednej strony, idealizuje się przeszłość jako okres niepodważalnie lepszy od obecnego i przywołuje się go nutką smętnej tęsknoty, nacechowanej pewnym zamgleniem pamięci. Pouczające jest tutaj szemranie skierowane przez Izraelitów przeciwko Mojżeszowi i Aaronowi podczas wyjścia do Ziemi Obiecanej *Izraelici mówili im: «Obyśmy pomarli z*

*ręki Pana w ziemi egipskiej, gdzieśmy zasiadali przed garnkami mięsa i jadali chleb do sytości! Wyprowadziliście nas na tę pustynię, aby głodem umorzyć całą tę rzeszę».* Wj 16,3

Z drugiej strony marzy się o zrealizowaniu w jakiejś mitycznej przyszłości tego, co powinno zacząć się już jutro, albo też ulega się lękowi przed przyszłością z racji niewiadomych, jakie ona niesie. Reasumując: w taki, czy inny sposób szuka się schronienia w wymagowanym świecie, żeby nie przyłgnąć do rzeczywistości. W ten sposób nie przyjmuje się teraźniejszości, jako dziś należącego do Boga, jako niepowtarzalnej godziny, którą dane jest nam przeżyć.

Nowy Testament ściśle łączy ze sobą radość, główne antidotum na smutek, ze zdolnością przeżywania w odpowiedni sposób relacji przeżywania chwili obecnej: radość jest cnotą eschatologiczną, która łączy czas ludzki z Bożym dzisiaj. Należy też pamiętać, że dla chrześcijan radość nie jest owocem jakiejś wewnętrznej dyspozycji psychicznej lub emocjonalnej, ale łączy się z imperatywem, jest apostołskim poleceniem „Radujcie się, trwajcie w radości!” (*Chairete*)...2 Kor 13,11; Flp 2, 18; 3,1; 1 Tes 5,16...

Nie jest więc radość jakimś niejasnym i spontanicznym uczuciem, ale stanem, którego trzeba szukać z wysiłkiem i zaangażowaniem. Jest radością „w Panu”(Flp 4,4.10), jako przede wszystkim radość Pana Boga, który cieszy się i komunikuje tę radość swoim umiłowanym. W chrześcijaństwie taka radość rodzi się z bycia „w Chrystusie”, ze świadomości, że Chrystus żyje w nim i dlatego zaprawiamy się w niej, przyzywając daru Ducha Świętego i przygotowując się na jego przyjęcie przez wiarę, nadzieję i miłość. Duch Święty jest Pocieszycielem, Tym, który daje nam świadectwo, że sam Bóg „osuszy łzy z naszych oczu” (por Ap 7,17; 21,4), który pozwala nam rozeznawać to, co niewidzialne, a więc pozostać niezachwianym, zrzucić z siebie wór smutku i przyoblec się w szatę radości.

Trzeba więc stanowczo być posłusznym wezwaniu do radości i zaprawiać się w niej, przeżywając w pełni chwilę obecną, tak, by doświadczyć, że nie mogą nas warunkować ani przeszłość, ani przyszłość, a tylko Boże dziś. Chrześcijanin naprawdę powinien zaczynać każdy swój dzień słowami psalmisty „Słuchajcie dzisiaj głosu Pańskiego” (Ps 95,7), przyjmując jednocześnie postawę wdzięczności Bogu za to, że Go stworzył.

## **Zazdrość.**

Szczególną formą smutku jest zazdrość, której Ewagriusz nie włącza do katalogu wad. Ważną rolę przypisuje jej natomiast Grzegorz Wielki, który sytuuje ją na drugim miejscu grzechów głównych. Czyli istnieje też smutek, który rodzi się ze świadomości, obserwacji dobra i szczęście innego. Podłożem tego grzechu jest pragnienie, abyśmy także mieli „rzeczy” drugiego, choć czasami chciałoby się, żeby drugi nie miał tych dóbr, talentów, cech. Dlatego jest to uczucie, które próbuje się ukryć, uczucie, którego się nie wyznaje, nie chlubi się nim, ale się go wstydzi.

Zazdrość polega na szukaniu pewnego swego odbicia w innych, systematycznym porównywaniu się z innymi, jest czymś, co odzwierciedla moją osobistą niezdolność do wdzięcznego rozpoznania darów, jakie Bóg ofiarował odpowiednio mnie i innym. Zawsze istnieją jakieś cechy, które mają inni, a ja nie. Wpatrując się w te przymioty zamiast cieszyć się życiem, jakie jest, obserwuję i zazdroścę darów udzielonych przez Boga innym.

Zazdrosny jest ten, kto czuje się wykluczony z jakiegoś dobra, które inny, stojący obok niego posiada. **Dobro drugiego jest boleśnie odczuwane jako zło!** Ten kto padł ofiarą tej patologii, patrzy krzywym okiem na szczęście, dobro, cnotę drugiego, zniekształcając jego obraz i rzeczywistość, skupiając wszystkie swoje pragnienia na tym, co mają inni. Zazdrość jest więc zaprzeczeniem przykazania: „nie pożądaj rzeczy innych”. Dzisiaj socjologowie mówią, że zazdrość jest bardzo rozpowszechnioną chorobą społeczną, zwłaszcza w odniesieniu do bogatszych, więcej zarabiających. Ale zazdrośnik musi wiedzieć, że gdy tylko inni zdadzą sobie sprawę z jego uczucia, porzucą go zostawią samego, ponieważ jest on w ich oczach nie do zniesienia. Toteż jest skazany na izolację. Bazyli zauważa, że zazdrość niszczy i zżera tych, którymi zawładnie, tak, jak rdza niszczy żelazo, jak pęka włócznie, napotykać twardy kamień. Są to wiele mówiące stwierdzenia: w zazdrości niszczymy samych siebie, pożeramy się, pękamy...

Czy istnieje jakieś antidotum na zazdrość? Tak wdzięczność, to znaczy umiejętność dziękowania, zadziwiania się dobrem, niezależnie od tego, przez kogo byłoby spełnione, patrzenia

dobrym okiem na wszystko, co rozkwita wokół nas... tylko ten, kto potrafi rozpoznać i być wdzięcznym za dobro uczynione przez innych jest zdolny czynić dobro, oczyszczać swoje działanie, śpiewać swoje dziękczynienie Bogu za wszystko, czego dokonuje On w historii i w życiu każdego człowieka. Uczucie zazdrości zabił w sobie ten, kto potrafi powiedzieć: „to, co mogłem zrobić dobrego, zrobiłem dzięki innym, którzy są ze mną. Bez nich, nie mógłbym zrobić tej odrobiny dobra, jakie spełniłem.