

JIM HARBAUGH SJ

# 12 kroków I ĆWICZENIA DUCHOWE

przekład  
Marek Chojnacki

Wydawnictwo WAM

## Medytacja 1

# Tytuł i cel Ćwiczeń

---

*„Ćwiczenia duchowne [służące] do przewyciężenia samego siebie i do uporządkowania swego życia na podstawie decyzji podjętej w wolności od jakiegokolwiek przywiązania, które byłyby nieuporządkowane” (Ćd 21).*

W tym tygodniu rozpocznijmy przygotowania do Ćwiczeń od refleksji nad długim tytułem zapisków świętego Ignacego o jego duchowej drodze. Z jakiego powodu ktoś, a zwłaszcza alkoholik, miałby wybrać się w tę drogę, skoro wiąże się ona z tak znacznym wysiłkiem? Perspektywa „przewyciężenia samego siebie i (...) uporządkowania swego życia” nie brzmi zbyt zachęcająco. Jak zauważa Bill, „żaden przeciętny alkoholik, bezgranicznie zapatrzony w siebie, nie podda się takim rygorom” (12x12, s. 16).

Jednak alkoholik, który chce wyzdrowieć, będzie musiał się im poddać, by „ratować własne życie” (12x12, s. 16). Jak stwierdza Wielka Księga w moim ulubionym fragmencie, następującym zaraz po wymienieniu Dwunastu Kroków, u podłoża wszystkich dziwnych czy okrutnych zachowań osób uzależnionych i ludzi, którzy się nimi zajmują, leży „zasadnicze źródło naszych kłopotów”: „egoizm – egocentryzm” (WK, s. 58). Jeśli rzeczywiście chcemy wyleczyć się z alkoholizmu, musimy „pozbyć się egocentryzmu”, którego najwyraźniej nie zdołamy „pozbyć się (...) własnymi siłami (...). Potrzebna

(...) nam pomoc Boga” (WK, s. 58). Zarówno Ćwiczenia, jak i program Dwunastu Kroków służą temu samemu celowi: „przewyciężaniu samego siebie”, do którego niezbędna jest pomoc „Siły potężniejszej niż nasza własna” (WK, s. 78).

Oczywiście takie słowa, jak „przewyciężanie” czy „podbój” (por. Ćd 21)<sup>1</sup> mogą wywoływać skojarzenia ze światem wojen rycerskich; ktoś mógłby wyobrazić sobie rycerzy na koniu ze średniowiecznych romansów, które tak fascynowały Ignacego przed nawróceniem (był to jego odpowiednik pijackich mrzonek Billa, któremu wydawało się, że jest finansowym Napoleonem, por. WK, s. 13). Natomiast sformułowania „uporządkowanie” czy „regulacja życia” (por. Ćd 21) brzmią okropnie sucho – entuzjazm mogłyby wzbudzić chyba tylko w duszach inżynierów czy mechaników. Alkoholikom potrzeba nieco fantazji i przygody – nie przekona ich technik ostrożnie manipulujący termostatem.

W tym jednak przypadku – podobnie jak w wielu innych – to, że my, alkoholicy, czegoś chcemy, nie oznacza jeszcze, że rzeczywiście tego potrzebujemy. Niezależnie od tego, czy się nam to podoba, czy nie, faktem – oczywistym dla innych, choć rzadko dla nas samych – jest, że „my, alkoholicy, jesteśmy z natury niezdiscyplinowani” (WK, s. 78). Rzeczywiście potrzebujemy więc uporządkowania i regulacji – musimy nauczyć się przestrzegać pewnych reguł. Na szczęście dyscypliny tej nie muszą nam narzucać ani inni, będący tak jak my omylnymi ludźmi, ani nawet my sami – jako alkoholicy wpadlibyśmy zapewne z jednej skrajności w drugą. Uporządkować nasze życie ma sam „miłujący Bóg” (Tradycja Druga); „Pozwólmym (...) Bogu, aby (...) utrzymał nas w karności” (WK, s. 78).

<sup>1</sup> Terminy, o których tu mowa, występują w oryginale angielskim *Ćwiczeń duchowych*. Wszystkie przypisy pochodzą od tłumacza.

Przez ten pierwszy tydzień naszej podróży prosimy Boga, by dał nam mądrość, abyśmy chcieli zapanować nad sobą – lub byśmy przynajmniej „chcieli chcieć” (por. WK, s. 95).

**Drugie wprowadzenie - „na wynos”:** Boże, daj mi pragnienie zapanowania nad sobą, abym mógł stać się sobą.

## Medytacja 2

# O celu Ćwiczeń ciąg dalszy

---

„Ćwiczenia duchowne [służące] do przewyciężenia samego siebie i do uporządkowania swego życia *na podstawie decyzji podjętej w wolności od jakiegokolwiek przywiązania, które byłoby nieuporządkowane*” (Ćd 21).

W tym tygodniu chcę się skupić na drugiej połowie wstępnej definicji Ćwiczeń podanej przez świętego Ignacego. Jeśli z Bożą pomocą uda nam się przewyciężyć siebie i uporządkować życie, cóż pocniemy z jego uregulowanym biegiem? Dwunasty Krok podpowiada, byśmy „nieśli przesłanie innym” i „stosowali te zasady we wszystkich naszych poczynaniach”. Jak powiedziałby Ignacy, wiemy, że „przeżyliśmy głębokie duchowe doświadczenie, które gruntownie zmieniło całe nasze nastawienie do życia, bliźnich i Wszechświata” (WK, s. 29), jeśli zdecydowaliśmy się żyć w sposób, który według nas pozwala nam najlepiej służyć Bogu i ludziom. „Decyzje”, które podejmujemy po takim głębokim doświadczeniu modlitewnym, o jakim mowa w Ćwiczeniach, są decyzjami dotyczącymi spraw kluczowych, rozstrzygających o całym naszym życiu: Jakie jest nasze powołanie? Z kim powinniśmy spędzić życie?

Co może nam przeszkodzić w podjęciu właściwej decyzji w podobnych kwestiach? Odpowiedź Ignacego na to pytanie brzmi: „nieuporządkowane przywiązania”. Jeszcze kilka

lat temu taki język mógł brzmieć dla przeciętnego czytelnika dziwnie lub osobliwie. Jednakże dzięki pracom Geralda Maya, a zwłaszcza dzięki jego znakomitej rozprawce *Uzależnienie i laska*, słowo „przywiązanie” weszło na stałe do słownika osób zajmujących się problematyką uwalniania się od uzależnień. May używa tego słowa, zaczerpniętego z dawnych rozważań duchowych, zamiennie ze współczesnym terminem „uzależnienie”. Jeszcze starszy termin o tym samym znaczeniu to „bałwochwalstwo”. Tym, od czego jesteśmy uzależnieni bądź do czego jesteśmy przywiązani, jest wszystko, na czym polegamy bardziej niż na Bogu. Mogą to być rzeczy bardzo błahe i nieuchwytnie – May wymienia ich długą listę. Alkohol i inne substancje psychoaktywne wyróżniają się jedynie wywoływaniem bardziej jaskrawych skutków; „przywiązanie” może jednak przybrać nawet tak niewinną formę, jak uzależnienie od kropli na katar (por. *Uzależnienie i laska*, s. 24, 39n). Ignacy precyzuje ten termin, mówiąc o przywiązaniach „nieuporządkowanych” (nadmiernych lub nieuregulowanych); każde przywiązanie może jednak stać się uzależnieniem.

Przywiązania pociągają za sobą różne niepożądane konsekwencje – często są na przykład bardzo kosztowne i niszczą relacje międzyludzkie. Według *Ćwiczeń* najbardziej szkodliwym skutkiem przywiązań jest ich zły wpływ na nasze wybory życiowe. Uświadomiłem sobie na przykład, że mój nawyk picia przeszedł w nałóg alkoholowy nie ze względu na ilość wypijanych trunków (choć i to nie było tu bez znaczenia), lecz przez to, że potrzeba picia zaczęła wpływać na wszystkie moje codzienne życiowe decyzje – na to, gdzie, kiedy i z kim spędzam czas. Nie mogłem na przykład swobodnie udać się tam, gdzie nie mógłbym dysponować dostateczną ilością alkoholu. Wszystkie inne przywiązania – nawet te sympatyczniejsze, jak choćby przywiązanie do biegania czy do własnych przekonań –

mogą mieć równie zgubny wpływ na wielkoduszność naszych wyborów.

Charakterystyczną cechą wszelkich przywiązań i uzależnień jest również to, że skłaniają nas do zaprzeczania, iż jesteśmy uzależnieni. W tym tygodniu módlmy się więc, byśmy podczas ćwiczeń Pierwszego Tygodnia, do których wkrótce przystąpimy, doszli do lepszego rozeznania naszych przywiązań. Dzięki temu za jakiś czas będziemy mogli z pokorą prosić Boga, aby je usunął (por. Krok Siódmy), byśmy mogli z większą wolnością decydować o tym, jak żyjemy i jak kochamy.

**Drugie wprowadzenie - „na wynos”:** Boże, ukaż mi w tym tygodniu wszystko, co mnie więzi i od czego powinienem się uwolnić, by móc lepiej Ci służyć.

## Zasada i fundament (część I)

---

*„Człowiek po to jest stworzony, aby Boga, Pana naszego, chwalił, czcił i Jemu służył, a przez to zbawił duszę swoją. Inne zaś rzeczy na obliczu ziemi są stworzone dla człowieka i aby mu pomagały do osiągnięcia celu, dla którego jest on stworzony. Z tego wynika, że człowiek ma korzystać z nich w całej tej mierze, w jakiej mu one pomagają do jego celu, a znów w całej tej mierze winien się od nich uwalniać, w jakiej są mu przeszkodą do tegoż celu. I dlatego trzeba nam stać się ludźmi obojętnymi [nierobiącymi różnicy] w stosunku do wszystkich rzeczy stworzonych, w tym wszystkim, co podlega wolności naszej wolnej woli, a nie jest jej zakazane [lub nakazane], tak byśmy z naszej strony nie pragnęli więcej zdrowia niż choroby, bogactwa [więcej] niż ubóstwa, szczytów [więcej] niż wzgardy, życia długiego [więcej] niż krótkiego, i podobnie we wszystkich innych rzeczach. Natomiast trzeba pragnąć i wybierać jedynie to, co nam więcej pomaga do celu, dla którego jesteśmy stworzeni” (Ćd 23).*

Święty Ignacy proponuje nam to stwierdzenie jako „Zasadę” Ćwiczeń, logiczną przesłankę, z której wyniknie cała reszta, kamień węgielny, „na którym można zbudować wspaniałe gmachy” duchowy (WK, s. 46). Jest to też zasada warta stosowania „we wszystkich naszych poczynaniach” (Krok Dwunasty),



gdyż jej przesłanie streszcza się w mądrym haśle AA: „Wszystko w swoim czasie” (WK, s. 116).

W życiu ludzkim nie chodzi przede wszystkim o „inne rzeczy na obliczu ziemi”. Jak już wiemy z drugiej medytacji, owe „inne rzeczy” – same w sobie dobre, gdyż inaczej Bóg by ich nie stworzył – mogą stać się dla nas pułapką. Dzieje się tak, jeśli czynimy z nich boga, jeśli „przywiązujemy się” do nich bądź jeśli „uzależniamy się” od nich w taki sposób, że powstrzymują nas od czynienia tego, do czego jesteśmy stworzeni – od służenia Bogu w wolności. Jeśli nie dążymy do tego celu, tracimy wszystko – nie robiąc tego, po co na ten świat przyszliśmy, nigdy nie staniemy się tymi ludźmi, którymi mieliśmy się stać w boskim niepowtarzalnym zamiarze. Uzależnienia – od substancji chemicznych, od różnych działań i ludzi – niszczą naszą wolność do tego stopnia, że nie możemy już być sobą; musimy służyć naszym bożkom, cały czas i energię poświęcając na zażywanie używek i na otrząsanie się z ich skutków nazajutrz rano.

Jak zatem umieścić Boga na pierwszym miejscu? Święty Ignacy odpowiada na to pytanie z niewzruszoną logiką i konsekwencją: musimy jedynie „korzystać [ze stworzeń] w całej tej mierze, w jakiej pomagają [nam] one” osiągnąć cel i „w całej tej mierze (...) się od nich uwalniać, w jakiej [nam] są one do tegoż celu przeszkodą”. Jak jednak my, ludzie uzależnieni, zdołamy posłuchać tej niezwykle cennej rady, skoro „głównym naszym problemem okazał się kompletny brak siły duchowej” (WK, s. 44). Alkoholikowi potrzebna jest przede wszystkim „Siła potężniejsza niż [jego] własna”, „z pomocą której [będzie mógł] żyć” (WK, s. 45) lub, mówiąc słowami Kroku Drugiego, Siła, która przywróci mu zdrowie. Zgodnie z zasadą „wszystko w swoim czasie” powinniśmy więc najpierw zadbać o dwie rzeczy: po pierwsze o umieszczenie na pierwszym

miejscu „Siły większej od nas samych” (święty Ignacy nazywa ją „Bogiem, Panem naszym”), po drugie zaś o zdrowie i trzeźwość, którą Siła ta obdarzy nas, gdy uznamy własną bezsilność. W tym tygodniu zastanówmy się nad tym, jak ważny jest trzeźwy osąd we wszystkich naszych wyborach i we wszystkich naszych codziennych sprawach.

**Drugie wprowadzenie - „na wynos”:** Boże, ukaż mi, jak bardzo słuszność tego, co czynię, zależy od Twojego daru uzdrowienia.

## Zasada i fundament (część II)

---

„Człowiek po to jest stworzony, aby Boga, Pana naszego, chwalił, czcił i Jemu służył, a przez to zbawił duszę swoją. Inne zaś rzeczy na obliczu ziemi są stworzone dla człowieka i aby mu pomagały do osiągnięcia celu, dla którego jest on stworzony. Z tego wynika, że człowiek ma korzystać z nich w całej tej mierze, w jakiej mu one pomagają do jego celu, a znów w całej tej mierze winien się od nich uwalniać, w jakiej są mu przeszkodą do tegoż celu. *I dlatego trzeba nam stać się ludźmi obojętnymi [nierobiącymi różnicy] w stosunku do wszystkich rzeczy stworzonych, w tym wszystkim, co podlega wolności naszej wolnej woli, a nie jest jej zakazane [lub nakazane], tak byśmy z naszej strony nie pragnęli więcej zdrowia niż choroby, bogactwa [więcej] niż ubóstwa, zaszczytów [więcej] niż wzgardy, życia długiego [więcej] niż krótkiego, i podobnie we wszystkich innych rzeczach. Natomiast trzeba pragnąć i wybierać jedynie to, co nam więcej pomaga do celu, dla którego jesteśmy stworzeni” (Ćd 23).*

W tym tygodniu rozważymy drugą część Zasady i fundamentu. W zeszłym tygodniu doszliśmy do wniosku, że dla alkoholików najważniejsze jest zdrowie i trzeźwość. Teraz zastanowimy się nad logiczną konsekwencją tego stwierdzenia: ludzie, którym zależy na wyzdrowieniu, powinni robić wszystko, by wytrwać

w trzeźwości (w abstinencji lub w zdrowych relacjach z innymi), to bowiem pomaga „osiągnąć cel, dla którego zostali stworzeni”. Powinniśmy też – na tyle, na ile możemy – unikać rzeczy, które budzą w nas pragnienie picia, oddawania się hazardowi czy wchodzenia w chore, niszczące relacje.

Wskazania Ignacego pozwalają uniknąć tu pewnych nieporozumień, grozących zwłaszcza alkoholikom. Pierwsze z nich obrazuje następujący paradoks: piję, by pozbyć się stresu związanego z życiem zawodowym. Zdarza się to wielu ludziom. Bezsensowny byłby jednak wniosek (który nieraz chętnie wyciągnąłbym z tej sytuacji), że skoro piję przez pracę, to powinienem ją rzucić. W niektórych kwestiach nie mamy „wolnego wyboru” – dorośli muszą być odpowiedzialni i wypełniać swoje życiowe zobowiązania, to bowiem pomaga im stać się tym, do czego zostali stworzeni. Możemy chcieć *zmieniać* posady lub relacje, lecz całkowita rezygnacja z nich jest „zabroniona”, jeśli chcemy pozostać ludźmi.

Drugie nieporozumienie jest nieco bardziej subtelne; przynajmniej mnie przez wiele lat przysparzało problemów. Co Ignacy rozumie przez „obojętność”? Nie powinniśmy czcić stworzeń; jednakże przejmowanie się tym, czy jesteśmy chorzy, czy nie, z pewnością nie jest niezdrowe. Większość z nas podpisałaby się też pod słynną, nieśmiertelną frazę Sophie Tucker: „Byłam bogata i byłam biedna. Lepiej jest być bogatą”.

Sądzę, że mówiąc o „obojętności”, Ignacy miał na myśli coś, co przypomina „odseparowanie się z miłością”, praktykowane przez grupy Al-Anon. Taki życzliwy dystans nie oznacza nieprzejmowania się i braku troski, a już na pewno nie chodzi tu o lekceważenie, które okazujemy z zawiści lub z zazdrości. Chodzi o to, by przejmować się w sposób „uporządkowany” – o zachowywanie właściwej miary, tak by utrata tej czy innej osoby lub posady nie wytrącała nas z równowagi i nie spychała

ponownie w nałóg. Jak czytamy w Wielkiej Księdze, „praca taka czy inna, żona czy rodzina – to wszystko nie ma wpływu na nasze picie. My po prostu nie przestajemy pić tak długo, dopóki polegamy bardziej na pomocy i opiece innych” – bądź na naszych wyobrażeniach o tym, jak powinno zmienić się nasze życie – „niż na Bogu” (WK, s. 86). Najprościej mówiąc, musimy „dokonać wyboru, czy Bóg jest dla nas wszystkim, czy niczym. Albo istnieje, albo Go nie ma” (WK, s. 51).

Gdy po raz pierwszy zetknąłem się z Zasadą i fundamentem świętego Ignacego, byłem niedoświadczonym siedemnastoletnim nowicjuszem w zakonie jezuitów. Zdrowy jak koń siedziałem w celi, próbując wyobrazić sobie, co to znaczy być „naprawdę chorym”, i wymyślając sobie różne heroiczne, dramatyczne sytuacje. Zasadę i fundament, podobnie jak wiele prawd duchowych, lepiej rozumie się jednak z perspektywy życiowych doświadczeń bądź w konfrontacji z rzeczywistymi problemami. Od siedmiu lat cierpię na chroniczny ból pleców; Zasada i fundament świętego Ignacego zapewnia mnie, że w wieku pięćdziesięciu dwóch lat wciąż jeszcze mogę służyć Bogu, o ile rzeczywiście Mu służyć, niezależnie od tego, czy bolą mnie plecy, czy nie. Mogę też być „obojętny”, „odseparowując się” od tej nieprzyjemnej rzeczywistości. Nie jest to jednak łatwe. Muszę ze wszystkich sił prosić o pomoc większą ode mnie Siłę, działającą zazwyczaj przez innych.

W tym tygodniu powinniśmy nadal skupić się na tym, do czego możemy być przywiązani. Być może niektóre rzeczy, do których jesteśmy przywiązani (na przykład młodość), już utraciliśmy, a mimo to przywiązaliśmy się do nich jeszcze bardziej. Czy potrafimy pokornie poprosić Boga, by je nam zabrał – lub by je zatrzymał, skoro ich już nie mamy – wiedząc, że możemy się bez nich obyć?

**Drugie wprowadzenie - „na wynos”:** Boże, zabierz mi wszystko, co oddala mnie od Ciebie i od moich bliźnich. Możesz zatrzymać wszystko, co przeszkadza mi stać się osobą, którą mam być zgodnie z Twoją wolą.



## Pierwszy Tydzień

---

Dotąd rozważaliśmy kwestie podstawowe, „zbiór zasad duchowych, które – stosowane jako sposób życia – mogą pomóc nam stać się zdrowymi, szczęśliwymi i pożytecznymi ludźmi” (12x12, *Przedmowa*, s. 9). Próbowaliśmy spojrzeć na ludzkie życie oczyma Boga. W kolejnym etapie naszej podróży duchowej „gruntownie i odważnie” (Krok Czwarty) przyjrzymy się temu, w jaki sposób pogwałciliśmy te duchowe zasady, prowadząc nieszczęście na siebie i innych. Cały kolejny etap – nazwany przez świętego Ignacego Pierwszym Tygodniem – poświęcony jest uświadamianiu sobie prawdy, którą wyraża Krok Pierwszy: nie damy rady pokierować własnym życiem bez pomocy Boga. Sami zbyt często je niszczymy. Przechodząc od duchowej rozgrzewki do głównej części Ćwiczeń, warto zasięgnąć rady kierownika duchowego, jeśli go mamy.

## Medytacja 5

# Grzech aniołów

---

„[Przypomnieć sobie], jak [aniołowie], stworzeni w łasce, nie chcieli sobie pomóc [dobrym] użyciem swej wolności do okazania czci i posłuszeństwa swemu Stwórcy i Panu i doszli do pychy, i odwrócili się od łaski do złości, i zostali strąceni z nieba do piekła” (Ćd 50).

Podczas Pierwszego Tygodnia (lub mówiąc precyzyjnie, na pierwszym etapie bądź w pierwszym akcie) Ćwiczeń święty Ignacy chce, byśmy rozpoczęli tam, gdzie zaczyna się program Dwunastu Kroków – od naszej bezsilności i niezdolności do kierowania własnym życiem. Przemawia językiem moralności, podobnie jak często czyni to Wielka Księga: doktor William Silkworth, pierwszy ekspert, który z zewnątrz badał ruch AA, nazwał program Dwunastu Kroków „psychologią moralną” (WK, s. 6, 10). Zamiast mówić o „poważnych uchybieniach zasadom moralnym” czy o „indeksie nieprzystosowania” (12x12, s. 35), Ignacy wybiera starszy, mocniejszy termin: mówi o „grzechu”. Takie pojęcia, jak „wady charakteru” czy „naruszanie zasad moralnych” pojęcie grzechu wzbogaca o aspekt niszczenia naszych relacji – z innymi ludźmi, ze stworzeniem i z Siłą większą od nas samych.

W tym tygodniu i w dwóch następujących święty Ignacy zachęca nas do rozważenia trzech wzorcowych grzechów, pełniących rolę paradygmatów. Najpierw mamy rozważyć grzech



aniołów. Pojęcie aniołów w ostatnich latach przeżywa swoisty renesans, jednak nie wszyscy w nie wierzą. Trzymając się konwencji Dwunastu Kroków, możemy chyba wprowadzić pojęcie „aniołów, jakkolwiek ich pojmujemy”. W opowieściach biblijnych, do których nawiązuje Ignacy, aniołowie to potężne byty, których najważniejszym zadaniem jest przekazywanie poszczególnym ludziom bardzo osobistych przesłań od Boga – często dotyczą one wyborów życiowych, na których skupiają się Ćwiczenia. (W istocie niektórzy sądzą, że „anioły” to nie osobne byty, lecz poruszające spotkania z Siłą wyższą).

Święty Ignacy w sposób szczególnie nawiązuje do historii złożonej z różnych dość niejasnych fragmentów Biblii, znanej nam być może bardziej z eposu Milтона *Raj utracony*, powstałego sto lat po śmierci założyciela zakonu jezuitów. Ignacy streszcza tę opowieść, okazującą się historią „nadużycia” wolności, które można by nazwać dziełem „upartego szaleńca” (WK, s. 58).

Zasada i fundament są takie same dla ludzi i dla aniołów: i jedni, i drudzy powinni wybrać byt, do jakiego zostali stworzeni, uznając, że nie stworzyli siebie sami. Według jednej z interpretacji aniołowie są czystymi duchami, absolutnie prostymi, w związku z czym ich „przywiązania” czy „uzależnienia” także były absolutnie proste. Przeszli od razu do samego sedna wyboru, „dochodząc do pychy”; niektórzy z nich zgodnie z tradycją przedłożyli własną wolę nad wolę Boga, jakby byli swoją własną Siłą wyższą.

To samo można powiedzieć o ludziach, gdyż, jak zauważa Bill W., na czele uniwersalnej listy ludzkich błędów stoi właśnie pycha (12x12O, s. 48, por. 12x12, s. 35). Inaczej mówiąc, jak czytamy w Wielkiej Księdze, „egocentryzm” to „zasadnicze źródło naszych kłopotów” (WK, s. 58). Gdy dokonując wyboru, przedkładamy coś ponad Boga, w ostatecznym rozrachunku dokonujemy aktu uwielbienia własnej woli.

Nie chodzi tu zatem o spekulację na temat aniołów, którzy utracili łaskę Bożą. Święty Ignacy chce za pomocą historii o nich lepiej zrozumieć nasze odchodzenie od łaski i przywiązywanie się do różnych rzeczy. Teza, że aniołowie, znenawidziwszy Boga, „zostali strąceni z nieba do piekła”, niektórym może wydać się przesadzona czy melodramatyczna; jednak uzależnieni mogą tu dostrzec pewną analogię do własnych doświadczeń. Stan pogrążenia w uzależnieniu często porównywany jest przez osoby wychodzące z nałogu do zstąpienia do piekieł. Jak nauczał Jezus, nie można służyć dwóm panom (Łk 16, 13): jeśli kochamy jednego – tego, od którego jesteśmy uzależnieni – to drugiego musimy nienawidzić, nawet jeśli jest nim sam Bóg.

Aniołowie i osoby nadużywające alkoholu mają więc, jak się okazuje, wiele ze sobą wspólnego. Nałogowcy często chcą, jak aniołowie, „ujrzeć przebłysk Absolutu i doznać silnego uczucia jedności z kosmosem” (ABSJ 323). Podobnie jak w przypadku aniołów, to pożądanie transcendentnych doznań przywodzi nałogowców do pychy, przez którą odwracają się od łaski: moc zmienia się w niemoc, wolność od ograniczeń przechodzi w chorobę. Tu jednak – na szczęście dla nas – podobieństwo się kończy. Zgodnie z tradycyjnym rozumieniem natury aniołów, ich absolutna prostota pociąga za sobą nieodwołalność decyzji. Inaczej jest z ludźmi: sprzątanie własnego wnętrza, które zaleca program Dwunastu Kroków, ma pomóc nam zmienić nastawienie i zadośćuczynić za dotychczasowe niewłaściwe postępowanie. Ludzie, a zwłaszcza ludzie uzależnieni, mogą powrócić z piekła.

**Drugie wprowadzenie - „na wynos”:** Boże, pomóż mi zawsze wybierać nie to, czego ja chcę, lecz to, czego chcesz Ty. Pomóż mi też dostrzec, że chcesz dla mnie czegoś lepszego niż to, co ja sam bym wybrał.

## Grzech pierwszych ludzi

---

(Por. Ćd 51)

W tym tygodniu zejdziemy w naszych rozważaniach na ziemię, i to dosłownie. Na szczęście aniołowie to nie ludzie. W tym tygodniu skupimy się na ludziach, a zwłaszcza na pierwszej parze, która dała początek rodzajowi ludzkiemu, parze, która, jak czytamy w Księdze Rodzaju, powstała z prochu ziemi. O co chodzi w historii Adama i Ewy, pierwszych członków rodziny ludzkiej, którzy stanęli wobec pożądania i ograniczeń?

Z naszego punktu widzenia najważniejsze w tej opowieści nie są jabłka, drzewa czy ogród. Z perspektywy ludzi leczących się z uzależnień najbardziej liczy się to, że chcieli oni mieć tę samą władzę i moc, jaką ma Siła większa od nich samych. Jak przystało na „upartych szaleńców”, chcieli czynić swoją wolę, zamiast czynić wolę Boga. Krótko mówiąc, nie poszli drogą, jaką wskazuje Krok Trzeci. Nie chcieli, by ktoś inny kierował ich wolą i życiem, chcieli być „jak Bóg” (Rdz 3, 5). Chcieli sami decydować o tym, co spożywają.

Uzależnienie jest chorobą woli. Osoby uzależnione obsesyjnie trzymają się myśli, że ich „zasoby siły woli” okażą się wystarczające (WK, s. 44) – wystarczające, by zapanować nad picciem alkoholu i nad wszystkim innym. Właśnie przez tę obsesję – przez obsesyjną wiarę w to, że są „w stanie kontrolować picie alkoholu”, która, o ironio, jest „czymś w rodzaju manii

każdego alkoholika” (WK, s. 33) – nałogowcy są córkami i synami Adama i Ewy.

Podobnie jak w przypadku grzechu naszych braci aniołów, owa uparta samowola jest rodzajem pychy. Powoduje też równie oplakane skutki: zamiast, zgodnie z Bożym zamiarem, być rajem, ziemia staje się miejscem walki rodziny o przeżycie. Co więcej, największym zagrożeniem dla członków rodziny mogą okazać się ich najbliżsi – jedno z pierwszych dzieci, które pojawiło się w rodzinie ludzkiej, zabiło brata: Kain, jak każdy uzależniony, okazał się nienasycony. Nie był w stanie uznać, że ma dosyć. Zapragnął wyłącznie dla siebie miłości Boga, którą Bóg obdarza każdego.

Podsumowując, od początku świata ludźmi – od wewnątrz i z zewnątrz – targaly lęk, samowola, zazdrość i potrzeba kontroli. „My – alkoholicy, musimy przede wszystkim wyzbyć się egoizmu” (WK, s. 58). Jak jednak wyzbyć się odwiecznego rodzinnego dziedzictwa gwałtu i przemocy? Jak zobaczymy za dwa tygodnie, uzdalnia nas do tego jeden z potomków Adama i Ewy, nasz brat, który jest Siłą większą od nas samych: „Bogu niech będą dzięki za to, że dał nam odnieść zwycięstwo przez Pana naszego, Jezusa Chrystusa” (1 Kor 15, 57).

**Drugie wprowadzenie - „na wynos”:** „Boże, uwolnij mnie ode mnie samego, żebym mógł lepiej spełniać Twoją wolę” (WK, s. 59, z modlitwy Kroku Trzeciego).