

Jacek Prusak SJ

ZROZUMIEĆ SIEBIE
ODKRYĆ
BOGA

Wydawnictwo WAM

© Wydawnictwo WAM, 2022

Opieka redakcyjna: Sławomir Rusin
Korekta: Róża Skalska, Dariusz Godoś
Projekt okładki: Marcin Jakubionek
Skład: Lucyna Sterczewska

ISBN: 978-83-277-3241-5

WYDAWNICTWO WAM

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

tel. 12 62 93 200

e-mail: wam@wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY

tel. 12 62 93 254-255

e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA

tel. 12 62 93 260

www.wydawnictwowam.pl

Druk i oprawa: AMW • Wrocław

Publikację wydrukowano na papierze UPM Book creamy 70 g vol. 2.0
dostarczonym przez Igępa Polska Sp. z o. o.

WSTĘP

Nie pamiętam już, gdzie przeczytałem słowa o. Davida Marii Turollo, ale mogą być mottem tej książki: „Pomylić się co do Boga, to najgorsze, co nam się może przydarzyć, ponieważ potem mylimy się co do wszystkiego – historii, człowieka, nas samych, dobra i zła, życia...”. Stąd jej tytuł: *Zrozumieć siebie. Odkryć Boga*. To, co psycholog i psychoterapeuta może zobaczyć, to ludzka strona relacji z kimś radykalnie „Innym”, którego „obraz i podobieństwo” nosimy w sobie (Rdz I, 26–27). Od strony teologicznej tytuł jest „echem” słów mistyczki św. Anieli de Foligno: „Poznać siebie, poznać Boga! Oto doskonałość człowieka (...) ta wiedza celem człowieka”.

Teksty tu zebrane powstawały w odpowiedzi na potrzeby różnych środowisk w większości reprezentowanych przez takie pisma jak „Życie Duchowe”, „List”, „Więź” czy Wydawnictwo WAM. Ich redaktorzy zadawali mi pytania o owe „pomyłki co do Boga”, o pułapki, w jakie możemy wpaść, nie korzystając bądź źle korzystając z psychologii i psychoterapii w kwestii zrozumienia i pogłębienia więzi z Bogiem, relacji między naturą a łaską. Nasze rozmowy przyjęły formę wywiadów bądź były inspiracją dla tekstów. Z tego powodu, i biorąc pod uwagę „tamtego” czytelnika, prezentowane w tym tomie teksty można podzielić na łatwiejsze i trudniejsze w odbiorze, mniej lub bardziej teologiczne bądź psychologiczne w przesłaniu. Tam, gdzie było to możliwe bądź potrzebne, pierwotne teksty zostały poszerzone albo o wyniki najnowszych

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

badania, albo swoje myśli bądź wnioski przedstawiłem w nowy sposób z powodu ewolucji poglądów.

Wielu chrześcijan ma trudności z postawieniem granicy między postawą wiary a uczuciami towarzyszącymi jej przeżywaniu, wielu ma „demoniczne obrazy Boga”, boi się żyć w zgodzie z własnym sumieniem, nie rozumie przyczyn trudności na modlitwie czy „milczenia Boga”. Innych spotkały krzywdy w Kościele albo są zgorszani „ludzkim obliczem” duchownych. Ta pozycja nie jest odpowiedzią na wszystkie te problemy. Wyrasta z przekonania, że nie ma takich samych „dwóch” religijnych osób, że wiara to „skarb przechowywany w naczyniach glinianych” (2 Kor 4, 7–9), a naszym zadaniem jest osiągnięcie dojrzałości osobowej, przejawiającej się w autentyczności naszej indywidualnej wiary, bo duchowość w życiu nie jest czymś opcjonalnym, co nie znaczy, że może być czymś narzuconym.

Książka nie rości sobie praw do żadnych „ostatecznych” rozstrzygnięć – takiego „komfortu” nie może bowiem dać psychologia ani psychoterapia. Teologii również nie traktuję jako „wiedzy o Bogu”, którą należy „przyjąć na wiarę”. Wiara nie używa bowiem spekulacji jako metody; nie przekazuje wiedzy, nie ma oznakowanych tras, co nie oznacza, że nie jest w stanie wskazać kierunku. Więcej mówi o człowieku otwartym na Boga, niż o Nim samym.

Wszystkim, którzy w taki czy inny sposób motywowali mnie bądź inspirowali swoją wiedzą, wiarą czy życiem do pisanie oraz przyłożyli się bezpośrednio do powstania tej książki – dziękuję!

W KOGO I JAK WIERZYMYS

WIARA CZY TERAPIA?

Rozmowa

Co to znaczy wierzyć?

Nasza wiara ma dwa wymiary: treści, tzn., że w coś lub Kogoś wierzymy i staramy się „to” opisać, i relacji – nie tylko wierzę w Kogoś, ale przede wszystkim wierzę Komuś, mam do Niego zaufanie. Treść wiary, to, co nam mówi Objawienie, a czego Kościół naucza, jest dla nas swego rodzaju mapą religijną. Ta mapa wskazuje nam kierunek drogi, ratuje nas przed pobłądzeniem, natomiast do nas należy wejście na tę drogę, nawiązanie relacji z Tym, Kogo pragniemy poznać. Ten drugi wymiar – jeśli chcemy mówić o dojrzałej wierze – jest bardzo ważny, gdyż wiara to rodzaj egzystencjalnego ukierunkowania na Osobę, którą jest Bóg. Musimy jednak pamiętać, że obraz Boga, który od strony psychologicznej jest podstawą naszej relacji z Nim, kształtuje się nie tyle w procesie wierzenia w „coś”, a więc nie jest uzależniony od treści samej wiary, ile w sposobie odnoszenia się do „kogoś”, czyli w jakości więzi¹. Niektórzy chrześcijanie w ogóle uważają, że poznanie Boga opiera się na tych samych zasadach co budowanie relacji

I Zob. P. Granqvist, *Attachment in Religion and Spirituality. A Wider View*, New York 2020.

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

z ludźmi, traktując Boga jak codziennego rozmówcę – ale są to głównie chrześcijanie pentakostalni.

Panuje przekonanie, że współczesny człowiek jest niedojrzały, nie podejmuje wiążących decyzji, nie buduje dojrzałych relacji. Czy taki człowiek może wierzyć dojrzałe?

Jeśli nasze umiejętności budowania dojrzałych relacji są ograniczone, hamowane, to przekłada się to na wymiar relacji w naszej wierze. Ludzie, którzy mają trudności w budowaniu relacji, nie zawsze potrafią wejść w relację z Bogiem, bo nie wiedzą, czym ona jest, czy też – co w tym przypadku o wiele ważniejsze – nie wiedzą, co to więź. Relacje mają bowiem najczęściej charakter użytkowy: spotykamy się, rozmawiamy, żeby np. załatwić jakiś interes, natomiast więź jest bezinteresowna. Więź z Bogiem jest tak naprawdę najgłębszą formą relacji. Badania nad interpersonalnymi uwarunkowaniami religijności wykazały przenoszenie typów relacji interpersonalnych na więź z Bogiem. Stwierdzono, że nie tylko występuje mocne powiązanie między typami relacji z Bogiem a relacjami międzyludzkimi, ale też że pozytywne relacje religijne współwystępują z pozytywnymi relacjami interpersonalnymi, a negatywne relacje religijne z negatywnymi relacjami z innymi ludźmi². Odnoszenie się do ludzi i odnoszenie się do samego siebie decyduje o tym, jak odnosimy się do Boga.

2 Zob. M. Jarosz, *Interpersonalne uwarunkowania religijności*, Lublin 2004.

W kogo i jak wierzymy

Jak zatem budować więź z Bogiem?

To Bóg wychodzi z inicjatywą budowania więzi – Jezus pierwszy nazwał nas swoimi przyjaciółmi (por. J 15, 14). Choćbyśmy nie wiem jak bardzo pragnęli więzi z Bogiem, sami nie możemy jej nawiązać. Jedyne, co możemy zrobić, to przyjąć bądź odrzucić zaproszenie od Boga. Od strony psychologicznej, aby doświadczyć Boga jako żywego i bliskiego, musimy wykonać dwa zadania: po pierwsze – nauczyć się rozpoznawać Boga w swoim umyśle, po drugie – nauczyć się odnosić do Boga jak do osoby. Nie jest to oczywiście proces ani jednorazowy, ani łatwy³.

Jaka jest rola uczuć we wchodzeniu w więź z Bogiem? Dla wielu ludzi bardzo ważne jest np. poczucie bliskości Boga podczas modlitwy.

Mamy bardzo silną potrzebę doświadczenia obecności Boga. Badania pokazują, że tęsknota za bliskością z Bogiem czy jednością z boskością pojawia się w całym spektrum religijnych identyfikacji. Badani tak opisują tę tęsknotę: „Czasami czuję się bardzo wyalienowany, a życie wydaje się nie mieć sensu i wtedy zaczynam tęsknić za bliskością z boskim źródłem”; „Nie wierzę w Boga, ale odczuwam czasami pragnienie bycia bliżej czegoś większego niż moje «ja» – bliżej Boga

3 Zob. T.M. Luhrmann, *How God Becomes Real. Kindling the Presence of Invisible Others*, Princeton 2020.

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

doświadczanego w inny sposób”; „Bóg jest miłością i pragnę być najbliżej, jak się tylko da tej wszechogarniającej miłości”⁴.

Tak więc to pragnienie może być – i często jest – szczere, ale Bóg to nie są nasze uczucia, nawet te najpobożniejsze. Niedawno rozmawiałem ze studentką, która uważa, że nie wierzy, ale „bardzo chciałaby być nawrócona”. Kiedyś uczestniczyła w spotkaniu grupy modlitewnej i tam przez chwilę poczuła Bożą obecność. Kiedy jednak wyszła ze spotkania, to odczucie minęło. Czy to był Bóg? Być może. Tyle że my nie możemy wiązać się z odczuciami, bo wtedy Bóg staje się kimś, kto ma spełniać nasze potrzeby związane z poczuciem bezpieczeństwa, z bliskością. A co się stanie, gdy nie będzie ich spełniał?

Zobaczmy, jak umierał Jezus. Modlił się: „Boże mój, Boże mój, czemuś mnie opuścił?” (Mk 15, 34). I to jest prawdziwe kryterium wiary – nie doświadczenie tego, jak wspaniały jest dla mnie Bóg i jak wielkimi łaskami mnie obdarza, ale przejście przez ogołocenie, kenozę. To, co „uratowało” Jezusa, to nie poczucie obecności Ojca, ale Jego więź z Nim. Ta więź Boga z Człowiekiem, która przetrwała doświadczenie krzyża, uratowała także nas.

Co się stanie z naszą wiarą, jeśli nadejdzie – a tak chyba jest w życiu każdego chrześcijanina – doświadczenie krzyża, ten krzyk Jezusa? Jeśli ktoś uważa, że takie doświadczenie

4 Zob. L. Underwood, *Spiritual Connection in Daily Life*. 16 Little Questions That Can Make a Big Difference, Conshohocken 2013.

W kogo i jak wierzymy

jest tylko doświadczeniem Jezusa, to ma złe wyobrażenia na temat chrześcijaństwa. Jeśli uważa, że normalne dla rozwoju duchowego jest stałe poczucie Bożej obecności oparte na uczuciach, także jest w błędzie.

Nie negowałbym takich doświadczeń bliskości, takich odczuć czy przeżyć, ale też nie przywiązywałbym się do nich. Mistrzowie duchowości mówili: jeśli masz takie przeżycia, to nie wpadaj z ich powodu w dumę, nie przywiązuj się też do nich, ale zostaw je, bo i tak odpłyną. Pewien purytański teolog, Józef Symonds, wypowiedział kiedyś znamienne słowa: „To nie radość czyni kogoś chrześcijaninem, ale łaska, tak jak światło, a nie ciepło słońca czyni dzień”⁵. Szukajmy i trzymajmy się więc Światła, a nie ciepła naszych uczuć.

Czy w modlitwie powinniśmy zatem uciekać od wyobrażeń na temat Boga?

W rozwoju duchowym zaczyna się od wyobrażeń i projekcji dotyczących Boga, ale jeśli człowiek rzeczywiście angażuje się w modlitwę, to przyjdzie taki czas, w którym nie będzie odczuwał obecności Boga. Można brać Ewangelię, można nad nią medytować, ale gdy przychodzi kryzys, noc, pojawia się przeświadczenie, że mówimy albo do siebie, albo ciągle to samo. Chcemy stanąć w obecności Boga, a czujemy się tak,

5 Cyt. za: D.C. Wang, *Two Perspectives on Spiritual Dryness: Spiritual Desertion and the Dark Night of The Soul*, „Journal of Spiritual Formation and Soul Care” 2011, vol. 4(1), s. 40.

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

jakbyśmy stali przed ścianą. Ten kryzys jest nieunikniony, ale ma on prowadzić do doświadczenia w wierze, które w liście do Galatów św. Paweł opisuje słowami: „Teraz zaś już nie ja żyję, lecz żyje we mnie Chrystus” (Ga 2, 20).

I to jest dojrzała wiara?

Tak. Ona polega na egzystencjalnym przeżyciu tych słów św. Pawła, na tym, że to wyznanie kształtuje całe nasze życie. Uważam, że najbardziej dojrzałą postacią modlitwy jest powierzenie się Bogu, bycie tu i teraz wobec tego, co jest.

Czy można podać praktyczne wskazówki, jak budować dojrzałą wiarę?

Najpierw musimy zgodzić się na to, że te różne religijne „systemy zabezpieczeń”, które stworzyliśmy, by pomogły nam w życiu (np. zachowuję przykazania, więc nie może mnie spotkać nic złego), są w dużym stopniu iluzją. W momencie, w którym te zabezpieczenia z jakiegoś powodu przestają działać, trzeba wejść na drogę szukania tego, co autentyczne. Kiedy człowiek przeżywa różne sytuacje kryzysowe, musi znaleźć oparcie w autentycznej wierze, bo tylko ona jest mu w stanie pomóc. Tutaj jednak nie można dać prostych rad, bo wiara jest łaską. Trzeba pamiętać, że św. Jan od Krzyża nie zalecał ani nie nauczał żadnych nowych technik czy form modlitwy, kiedy modlitwa słowna, rozważanie i modlitwa za pomocą wyobraźni już „nie działały”, ponieważ w drodze do zjednoczenia z Bogiem chodzi o to, aby z nich

W kogo i jak wierzymy

zrezygnować. Modlitwa staje się byciem sobą, a nie robieniem czegoś dla Boga.

Łaska działa jednak we współpracy z człowiekiem. W myśl tego, co mówił św. Ignacy Loyola: aby znaleźć w życiu Pana Boga, musisz najpierw spojrzeć w głąb siebie i uporządkować swoje uczucia. Teologia duchowości mówi o wrażliwości na natchnienia Ducha Świętego, ale człowiek, który jest wewnętrznie nieuporządkowany, nie usłyszy ich, zagłuszy je albo źle zinterpretuje. Wielu ludzi, mówiąc, że doświadcza boskich natchnień, opisuje tak naprawdę porywy swoich emocji. Żeby być wrażliwym na natchnienia Boga, który działa delikatnie, także przez nasze uczucia, trzeba się najpierw do nich dostroić. Żeby móc rozpoznać w naszych uczuciach działanie Boga, trzeba najpierw wiedzieć, jakie uczucia w sobie nosimy. W tym może nam pomóc psychologia, choć jej działanie jest ograniczone. Psycholog pomoże nam w nazwaniu uczuć, w dochodzeniu do nich, ale rozeznawanie w nich obecnego i działającego Boga to już zadanie dla kierowników duchowych i spowiedników.

Można zaryzykować stwierdzenie, że psychologia pomaga nam wierzyć?

To bardzo przewrotne pytanie, więc przewrotna będzie odpowiedź. Z badań wynika, że u osób, które poddały się psychoterapii z powodu odczuwanego przez nich cierpienia i zostały od niego uwolnione, przeważnie zmienia się nastawienie do religijności. Wiara już nie jest tym, co miało ich chronić

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

przed nieszczęściami, dawać poczucie bezpieczeństwa. Ci ludzie odkrywają ją najczęściej na głębszym poziomie, otwierają się na jakiś etap duchowego rozwoju, natomiast bywa, że cofają się, jeśli chodzi o zewnętrzne zaangażowanie religijne. Nie tyle uciekają od praktyk religijnych, co szukają ich ducha. Rytuał już nie jest dla nich czymś zewnętrznym, ale staje się wyrazem ich pragnień i potrzeb w relacji z Bogiem. Człowiek, szukając podczas psychoterapii motywów swojego postępowania, może doszukać się motywów swojej religijności. Może ją pogłębić lub stwierdzić, że religijność była mu do tej pory tak naprawdę potrzebna tylko do radzenia sobie z problemami albo że sama te problemy generowała. Teraz, gdy dzięki terapii, już sobie z nimi poradził, nie widzi sensu praktyk religijnych.

Jeśli człowiek odrzuca religijność, to może znaczyć, że nigdy tak naprawdę nie wszedł w nią głębiej. Natomiast jeśli ktoś autentycznie wierzy, to odkrycie prawdy o sobie będzie dla niego zaproszeniem do oczyszczenia się z wcześniejszych nieuporządkowanych, niedojrzałych motywów wiary. Odpowiedź na pytanie, czy ktoś ma wierzyć, czy nie, nie jest jednak domeną psychoterapii. Człowiek sam musi wziąć odpowiedzialność za to, co odkrył, i sam musi podjąć decyzję, co dalej z tym zrobić.

W trakcie psychoterapii może dojrzeć w wierze, ale może również wiarę utracić. Trzeba pamiętać, że psychoterapia pomaga człowiekowi wejść w siebie i odkryć motywacje swoich postaw. Prędzej czy później może ona również doprowadzić do konfrontacji z pytaniem: „Dlaczego wierzysz?”.

W kogo i jak wierzymy

Powiedziałeś, że osoby po przejściu psychoterapii często odkrywają wiarę na głębszym poziomie, a cofają się, jeśli chodzi o praktyki religijne. Ale przecież praktyki religijne pomagają wierzyć...

Niekoniecznie. Jeżeli mamy do czynienia z religijnością zewnętrzną, to ona wierze nie pomoże. W takiej religijności wiara sprowadzona jest do bożka postawionego na półce albo powieszonego na ścianie, któremu splecamy haracz, bo chcemy mieć zapewnione załatwienie swoich spraw. To jest idol, a nie Bóg. Takie praktyki religijne mają funkcję obronną, nie służą rozwojowi, ale zapewnieniu sobie bezpieczeństwa.

Często podczas psychoterapii człowiek odkrywa, że jego relacja z Bogiem opierała się jedynie na lęku. Co wtedy? Proces psychoterapeutyczny może pokazać oblicze Boga, w którego ktoś wierzy. Psychoterapeuta nie powie jednak: „Boga, w którego wierzysz, nie ma”, może najwyżej zapytać: „Słuchaj, jako osoba wierząca, uważasz, że Bóg jest pełen miłosierdzia, wybacza grzechy, przyjmuje skruchę. Powiedz mi, dlaczego ty swojej skruchy nie możesz przyjąć, dlaczego tak bardzo bronisz się przed przebaczeniem sobie czy przyjęciem przebaczenia od Boga? Zastanów się, w jakiego Boga wierzysz”. Może się wtedy okazać, że ta osoba ma kilka obrazów Boga, a ten świadomy obraz religijny, głoszony w Kościele, wcale nie jest najważniejszy. Być może ma ona wiele nieświadomych, demonicznych obrazów Boga, które

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

są o wiele silniejsze i bardziej wpływają na jej życie albo wręcz je kontrolują. Zadaniem psychoterapeuty nie jest zmiana wiary takiej osoby, ale pokazanie jej niespójności.

Terapeuta musi też rozróżnić, czy powodem problemów człowieka jest religia, czy też ma on problemy niespowodowane przez religię, natomiast daje mu ona język do ich nazywania. Na przykład: ktoś czuje się mało wartościowym człowiekiem, ponieważ nie doświadczył akceptacji ze strony innych, był odrzucany i wyśmiewany. Ludzkie doświadczenie ubrał jednak w język religijny i twierdzi, że to wszystko spotyka go słusznie, bo jest grzesznikiem. Czuje się odrzucony nie tylko przez ludzi, ale również przez Boga, co więcej, uważa, że na to zasługuje.

Jeśli terapeuta ma pacjenta z olbrzymim poczuciem winy, który wiąże je ze swoim osobistym grzechem, to nie udzieli mu przebaczenia, bo nie jest spowiednikiem. Jego rolą jest przede wszystkim pomóc zrozumieć pacjentowi to, co on przeżywa, i zachęcić do wzięcia odpowiedzialności za swoje życie i porzucenia roli egzystencjalnego pokutnika.

A jeśli religijność jest powodem trudności emocjonalnych?
Wtedy trzeba się zastanowić, czy trudność leży w samej religii, czy w sposobie jej przeżywania.

Przecież religia, która kogoś niszczy, nie może być prawdziwa.
Tak, religia, która uzasadnia krzywdzenie innych czy siebie, nie jest prawdziwa. Ale jednocześnie każda religia jest

W kogo i jak wierzymy

narażona na wszelkiego rodzaju fundamentalizmy, w których przemoc jest usprawiedliwiana – także chrześcijaństwo. Na terapię nie trafiają jednak fundamentaliści religijni, gdyż oni nie czują potrzeby terapii, bo mają własne uzasadnienie, dlaczego sami cierpią lub dlaczego mają zadawać cierpienie innym. Na terapię przychodzą osoby, które z różnych powodów mogą przeżywać swoją wiarę w niedojrzały sposób, co prowadzi do cierpienia. Główną przyczyną ich stanu nie jest jednak sama religia, ale ograniczony sposób jej rozumienia i przeżywania, a więc coś, co określa się mianem nerwicy eklezjogennej. To jest taka nerwica, w której ukryty nieświadomy wewnętrzny konflikt nerwicowy nakłada się na konflikt religijny. Decydującą rolę odgrywa nieprawidłowe wychowanie religijne prowadzące do ukształtowania się patologicznego obrazu Boga, negatywnego stosunku do popędowości (zwłaszcza seksualności) oraz rygoryzmu moralnego. Dla takich osób celem religijności jest moralność, a niektórzy z nich – wcale nie jest ich niewiele – religijność redukują do moralności⁶. Jest to porażka kościelnego przepowiadania, zgodnie z którym Bóg kochałby nas, jeżeli oraz gdybyśmy się zmienili. W jego wyniku zaczynamy wierzyć, że Bóg kocha nas wówczas, gdy się zmieniamy. To jednak religijny moralizm, a nie chrześcijański kerygmat. Ewangelie mówią:

6 Zob. A. Molenda, K. Hawryszków, *Kiedy wiara oddala od Boga. Rozmowy o niedojrzalej religijności*, Kraków 2022.

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

Bóg kocha Cię właśnie po to, byś mógł się zmienić⁷. Mamy więc Kościół święty i znerwicowany...

Na Zachodzie coraz więcej osób udaje się ze swoimi problemami duchowymi nie do duchownych, ale do psychoterapeutów. Dlaczego?

Ludzie szukają porady psychologa czy psychoterapeuty w kwestiach duchowych, dlatego że z jednej strony religia instytucjonalna straciła swoje wpływy, swój autorytet, a z drugiej – psychologia stała się pseudoreligią. W dobrej psychoterapii, polegającej na patrzeniu w głąb siebie, a nie tylko nastawionej na usunięcie symptomów, człowiek dochodzi do granicy możliwości psychologii i otwiera się na przestrzeń fundamentalnych egzystencjalnych pytań: „kim jestem?”, „skąd przybyłem?”, „dokąd zmierzam?”. Dawniej ten obszar był zagospodarowany przez religię. Teraz odpowiedzi, które ona daje, dla wielu osób nie są wystarczające, dlatego próbują w psychoterapii znaleźć ścieżkę swojego rozwoju duchowego. Tymczasem psychoterapia, choć może prowadzić do duchowości, nie udzieli odpowiedzi na pytania natury duchowej. Ona może pomóc znaleźć odpowiedź na pytanie, dlaczego zachowujemy się tak, a nie inaczej, ale nie powie, jaki sens ma to, że jesteśmy tu, a nie gdzie indziej. Można całe życie spędzić na poszukiwaniu

7 R. Rohr, *Tak, ale... Medytacje codzienne*, Kraków 2014, s. 30.

W kogo i jak wierzymy

w psychoterapii odpowiedzi na pytanie: „dlaczego tu jestem?”, ale nie dowiedzieć się niczego poza tym, „dlaczego jestem taki, a nie inny?”.

Powodem ucieczki w psychoterapię może być także kwestia języka, jakim posługuje się Kościół. Dla wielu jest on niezrozumiały.

To bardzo złożony problem. Teologia uwikłana jest w kulturę, w której ten język się narodził i w której funkcjonuje. Jeśli język, który ma mówić o Prawdzie, będzie niezrozumiały, archaiczny, to wiele osób będzie przeżywać kryzysy związane z nieumiejętnością odnalezienia się w wierze. Z czasem zanikło przecież rozumienie wielu symboli, którymi chrześcijaństwo posługiwało się od wieków. Inaczej pojmował koncepcję logosu starożytny Grek, a inaczej pojmuje ją współczesny człowiek (o ile w o ogóle jeszcze stara się ją pojąć). Z jednej strony jest to więc kwestia rozwoju i oczyszczania się teologii, szukania lepszego języka do opisu Boga, a z drugiej tego, że żaden język nie jest adekwatny do opisu tajemnicy Boga. Psychoterapia może się wydawać bliższa codziennemu życiu, a także życiu duchowemu, ponieważ pozwala na wynajdywanie metafor i twórcze posługiwanie się nimi; może być potraktowana jako proces duchowej inicjacji. W kościele słyszymy natomiast często formułki i moralizowanie. W większości tradycji duchowych metafora odgrywa zasadniczą rolę w odniesieniu do relacji z Bogiem. Niektórzy uważają nawet, że w odniesieniu do Boga i naszej z Nim relacji

Zrozumieć siebie. Odkryć Boga

posługujemy się wyłącznie metaforami, wielu zaś zgadza się z tym, że o duchowości nie można mówić inaczej niż przez metafory⁸. Nie rozstrzygając tego sporu, możemy przyjąć, że metafory za pomocą obrazów łatwo zrozumiałych ukazują doświadczenia, które nie są powszechne, a pełniąc taką funkcję, stanowią najużyteczniejsze narzędzie, jakim dysponujemy, do tego, by choć częściowo zrozumieć coś, co nie może być zrozumiane w całości – w tym wypadku naturę Boga i jego relację ze światem i z nami.

rozmawiał Sławomir Rusin

Tekst pierwotnie ukazał się w: „List” 1/2005

8 J.L. Griffith, M.E. Griffith, *Odkrywanie duchowości w psychoterapii*, Kraków 2008.

SPIS TREŚCI

Wstęp	5
-----------------	---

W KOGO I JAK WIERZYMY

Wiara czy terapia? Rozmowa	9
Religia wyzwala czy uzależnia? Rozmowa	23
Bóg z projekcji i Bóg z objawienia, czyli o dojrzałych i niedojrzałych obrazach Boga.	36
Miłosierdzie a dojrzałość duchowa	75

KŁOPOTY Z SUMIENIEM

Zdrowe i chorobowe dolegliwości sumienia.	89
Nauczyć się wsłuchiwania w sumienie	105

BÓG, MY I WSZYSTKIE TRUDNE EMOCJE

Strapienie i pocieszenie	123
Świadomości emocji	138
Uczucia między <i>sacrum</i> a <i>profanum</i>	151
Łzy – przywilej mazgają i świętego	160
Ufność zamiast bojaźni i drżenia	174
Czy diabeł zsyła choroby?	181

GDY BÓG NIE ODPOWIADA,

CZYLI O ZMAGANIACH NIE TYLKO DUCHOWYCH

Kozetka Boga	199
Walka duchowa w chorobie psychicznej.	211
Strapiionych pocieszać – wiedząc jak!	222
O sztuce słuchania w psychoterapii	230

ZAGUBIENI PASTERZE

Krzywdy w konfesjonale.

Jak im zapobiegać? Jak leczyć? 243

Problemy emocjonalne osób duchownych.

Depresja, lęk, wypalenie kapłańskie 273

Motywacja do porzucenia kapłaństwa

w świetle badań 293

Nie wystarczy być księdzem, żeby sobie

ze wszystkim poradzić. Rozmowa 305