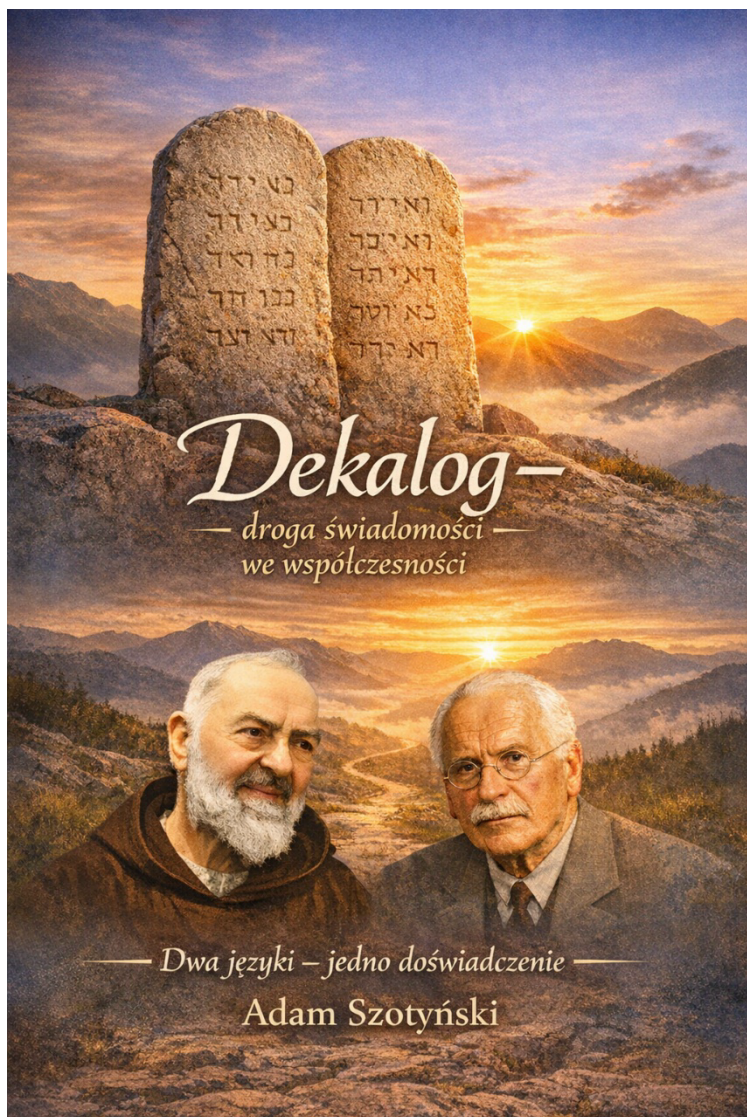




Dekalog –

*— droga świadomości —
we współczesności*

— Dwa języki – jedno doświadczenie —

Adam Szotyński

Od autora

Niniejsza publikacja pt. „Dekalog – droga świadomości we współczesności” nie powstała z potrzeby interpretowania religii ani psychologii. Powstała ona z potrzeby zrozumienia samego Dekalogu w oparciu o zachodzące zmiany w naszej rzeczywistości, w człowieku, w nas. Powstała dla potrzeby zrozumienia samego człowieka. Oczywiście jak to zwykle bywa w moich publikacjach sięgnąłem do znanego mi i ulubionego psychologa Carla Gustawa Junga ale tym razem w odniesieniu do nauk Ojca Pio. Z pewnością możesz sobie zadać pytanie „dlaczego”? Zdecydowanie uważam, że obaj Panowie w swoich naukach dotyczą tego samego miejsca w człowieku. Obaj zanurzają się w chwilach, w których człowiek (zarówno wierzący czy niewierzący) przestaje żyć w prawdzie o samym sobie. Każdy z nich dostrzega odejście od prawdy, każdy z nich swoją pracą, czy to naukową, terapią czy duszpasterską dają imię temuż odejściu. Ojciec Pio nazywa je odejściem od Boga, bo Bóg jest Prawą. Jung używa nazwy oddzielenia ego od Jaźni. Każdy z nich używa innego alfabetu - lecz dotyczą jednego i tego samego wewnętrznego świata.

W obserwacji samego siebie oraz otaczającego mnie świata widzę pęknięcia, które objawiają się w relacjach z otoczeniem, w związkach, w samotności pomimo otoczenia wielu ludzi. Widzę pęknięcia samotności w relacjach partnerskich, małżeńskich, w rozproszeniu i w coraz to powszechniejszej „nieumiejętności” bycia po prostu obecnym. Tego obrazu nie musimy specjalnie szukać, wystarczy podnieść wzrok, rozejrzeć się dookoła – bez względu na to gdzie jesteś, to może być chodnik, tramwaj, autobus, poczekalnia, bar, restauracja – każde miejsce.

Analizując własne odczucia i obserwacje podjąłem próbę przejścia własnej drogi od rozproszenia do spójności. Drogi od zamroczenia do poznania. Niniejsza publikacja nie jest żadnym kazaniem, nie jest analizą ludzkich działań, a jedynie próbą zrozumienia gdzie, w którym momencie dochodzi do zagubienia się w otaczającej nas rzeczywistości, w której zatracamy samych siebie, swoje relacje i związki. Ta publikacja to próba przejścia drogi od rozszczepienia do spójności.

Wstęp

Dlaczego Dekalog?

Dlaczego Ojciec Pio?

Dlaczego Carl Gustav Jung?

Dekalog jest jednym z najstarszych tekstów regulujących ludzkie życie, tekstów znanych niemalże całemu Światu. Według badaczy, historyków, Dekalog powstał na przełomie XIII i XII w p.n.e. To dość dawno. Jego powstanie łączone jest z wyjściem Izraelitów z Egiptu lub po prostu z czasem działalności Mojżesza. Rdzeniem Dekalogu są po prostu: zakazy i nakazy. Umiejscawiając go w czasie i przestrzeni historycznej wiemy, że powstał on w czasie plemiennym, brutalnym, bez podstaw rozwiniętej refleksji psychologicznej, a więc w rzeczywistości, w której prawo musiało być krótkie, ostre i jednoznaczne. Powstał w świecie, który potrzebował bardzo jasnych granic, zewnętrznego prawa i jednoznacznych zasad bez zbędnego wyjaśniania i zrozumienia. To działało wówczas. Dziś – raczej nie. To co się zmieniło to nie prawda o Dekalogu, lecz poziom

świadomości dzisiejszego człowieka jego wewnętrznych reakcji. Niniejsza publikacja nie odrzuca Dekalogu lecz jest próbą przeniesienia go z poziomu zewnętrznego prawa na poziom wewnętrznej świadomości dzisiejszego świata i dzisiejszych problemów. Dawniej, czy to w czasach Starożytności czy Średniowiecznych wystarczyło człowiekowi „powstrzymać”, nadać granice, mocne, zauważalne, niekiedy przez Słowo, kiedy indziej przez przemoc – dziś, w naszej rzeczywistości i poziomie świadomości poprzez rozwój wielu nauk potrzebujemy świadomości schematów, działań, a przede wszystkim ich konsekwencji. We współczesnym świecie Dekalog nie przestaje być prawdziwy, a przestaje być słyszany, bo mówimy o nim językiem „dzieci” do ludzi, którzy chcą rozumieć i zrozumieć.

Współcześnie żyjemy w świecie, w którym granic jest coraz mniej, a wolność, pozbawiona świadomości i odpowiedzialności, coraz częściej staje się formą wewnętrznego chaosu. Ta książka nie jest też próbą „uwspółcześnienia” Dekalogu dla efektu lecz jest próbą odczytania go na nowo jako mapy świadomości we współczesnym świecie ze współczesnymi pojęciami.

Dwa języki, jedno doświadczenie

Ojciec Pio i Carl Gustav Jung reprezentują dwa światy, które przez lata były sobie przeciwstawiane: to świat duchowości i świat psychologii. Być może są one odrębne, ja widzę w nich zbiory wspólne i wzajemne przenikanie się. Obaj Panowie zajmowali się tym samym doświadczeniem ludzkim w jego sferze duchowej, psychicznej:

- rozdarciem człowieka, (brakiem zrozumienia pojęć, schematów, konsekwencji wyborów)
- oraz życiem w masce, (fałszowaniem prawdy o sobie, czyli kłamstwem)
- ucieczką przed prawdą, (trwaniem w iluzji, trwaniem w używkach otępiających rozum, serce i Jaźń)
- konsekwencjami nieświadomości (samo destrukcją, destrukcją relacji, więzów rodzinnych, w Teologii inaczej zwanych grzechem).

Ojciec Pio jako Teolog i kapłan mówił o grzechu, sumieniu i oddzieleniu od Boga, o życiu w kłamstwie, w iluzji, w pysze.

Jung mówił o cieniu, projekcji i oddzieleniu ego od Jaźni.

To bardzo różny język, lecz te same stany, te same lęki, to samo cierpienie na płaszczyźnie duszy, Jaźni. Ta sama część człowieka, ten sam ból. To różne terminy ale nadal ten sam świat.

Pamiętam swoją katechezę z czasów dzieciństwa. Pamiętam kiedy opiekunowie; czy to rodzice czy katecheci przedstawiali Dekalog jako zbiór nakazów i zakazów. Pamiętam ich wielkie oczy, ściszony i zniżony głos, który dodawał powagi sytuacji i klimatu grzechu. W tym klimacie poznawałem Boga, Stwórcę, rzekomo Ojca kochającego człowieka ale jednak groźnego. W oparciu o te schematy postrzegałem Go jako „niebezpiecznego”. Dlaczego? Bo On „patrzy, „On za dobro wynagradza, a za zło karze” – to surowy Sędzia. Czasami oprócz słów katechetów padały również słowa z grona najbliższych, które jasno wskazywały na Boga jako Istotę kazującą. Słyszałem „bądź grzeczny, bo Bóg cię ukarze” – kto z nas tego nie usłyszał?

Chyba większość doświadczyła tego obrazu Boga. Więc co robię jako dziecko? Po prostu uciekam....

Ta narracja była utrzymywana przez wiele lat. Jeszcze jako student Teologii, a później zwykły parafianin (nie lubię tego określenia bo jest ono dość dwuznaczne w rozumieniu) powielany był mi obraz poznanego wcześniej Boga, może w nieco zmienionej formie. Jednak fundament Istoty Boskiej pozostał niezachwianie groźny.

Próbując na nowo zrozumieć wartość Dekalogu i chcąc znaleźć Jego Światło dla współczesnego człowieka odejdę na chwilę od postrzegania Dekalogu jako:

- zakodowanego nam systemu kar i nagród,
- moralnego regulaminu życia, a postaram się wpleść wartość Dekalogu w nasze codzienne życie z innej perspektywy.

Zatem w tej publikacji Dekalog będzie stanowił dla mnie strukturę porządkującą świadomość współczesnego człowieka, który potrzebuje nie nakazu i zakazu tylko informacji, odpowiedzi – „dlaczego”? Odpowiedź na to pytanie jest dla dzisiejszej świadomości dosyć istotna. W Dekalogu każde przykazanie dotyka innego obszaru naszego człowieczeństwa:

- relacji z Bogiem, z sensem,
- relacji z drugim człowiekiem,

- relacji z samym sobą.

Ojciec Pio widział w nich drogę oczyszczenia serca. C. G. Jung widziałby w nich warunki integracji psychiki. Choć nie odnosił się bezpośrednio do Dekalogu to jednak poprzez analizę człowieka dotykał praw w nim zapisanych – prawa naturalnego. Tam, gdzie duchowość mówi o wierności Bogu, psychologia mówi o wierności Jaźni i życiu w zgodzie z Nią. Tam, gdzie religia ostrzega przed grzechem, psychologia ostrzega przed „nieświadomością” – w tym pojęciu „nieświadomość” jest brakiem refleksji nad skutkami własnych wyborów – to bardzo ważne, byśmy tego określenia nie postrzegali w kategoriach: nieświadomość = brak wiedzy. W tym przypadku człowiek:

- wie co robi,

- chce tego co robi,

- decyduje się na działanie lecz nie widzi jego konsekwencji, nie łączy przyczyn ze skutkami, nie konfrontuje się z prawdą o tym, dokąd „to” prowadzi.

To nie są sprzeczne perspektywy. To są dwa sposoby opisu tego samego procesu.

W oparciu o swoje doświadczenia i obserwacje uważam, że takie zestawienie i połączenie zarówno Teologii jak i psychologii głębi w dzisiejszym świecie może okazać się bardzo potrzebne. Połączenie tych dwóch źródeł daje większą moc w uzyskaniu i pogłębieniu świadomości człowieka i zdecydowanie lepiej poprowadzi ku poznaniu samego siebie, swoich pragnień, tych wewnętrznych. Może też lepiej poprowadzić ku poznaniu prawdy i tego co dobre, nie z konieczności wdrożenia zakazu i nakazu lecz ze zwykłego „chcenia” – pragnienia swojego wzrostu (ku chwale księdza Tomasza B., który bardzo namiętnie mówił „tylko chcij”).

Współczesny człowiek potrafi zrozumieć siebie psychologicznie, ale często nie wie, po co żyje (traci poczucie sensu życia) lub mówi językiem duchowym nie znając i rozpoznając mechanizmów swojego działania. Wypieramy niewygodną Prawdę o sobie, tworzymy projekcje. A to z kolei prowadzi do życia w iluzji. Jaki to może przynieść efekt?

Rozszczepienie pojęć psychologicznych bez widzenia sensu życia lub bycie na zewnątrz przykładowym

chrześcijaninem bez uświadomienia sobie fundamentów swoich działań może prowadzić do:

- budowania iluzorycznej relacji, relacji bez obecności,
- iluzji rozwoju bez odpowiedzialności,
- iluzji wolności bez granic,
- a duchowość lub psychologia będą pustą ucieczką przed poznaniem Prawdy.

To przymioty iluzji. A iluzja jest niczym innym niż kłamstwem, i chyba najgorszym bo stosowanym wobec samego siebie. Życie w iluzji dobra, szczęścia jest topieniem się w kłamstwie.

Moje zestawienie Ojca Pio i Junga nie ma też na celu ich pogodzenia. Jest to czysta synchronizacja ich poglądów opisywanych różnymi językami. Ich wspólnym celem jest ochrona człowieka przed jednostronnością. Dlaczego? Bo:

- duchowość bez świadomości bywa opresją,
- a świadomość bez sensu bywa pustką.

Jak już wcześniej wspominałem, z dzieciństwa pamiętam katechezy, w których uczestniczyłem. Niemalże każdy z nas wie o czym mówi Dekalog. Większość z nas z katechezy pamięta, że Dekalog był zawsze wskazywany

jako Droga lub drogowskazy, które nam pokazywano opisując je językiem, który dla dzisiejszego świata staje się archaiczny i niezrozumiały. Przykro mi to stwierdzić ale po prostu pusty. Zatem dla własnego zrozumienia, a być może i Twojego proponuje czytanie Dekalogu nie jako ideału do spełnienia, lecz jako drogi do przejścia ku Dobru, ku prawdziwemu spełnieniu. I nie chodzi o to, by być bezbłędnym lecz po prostu być czujnym mając na uwadze owoc wyborów.

Być czujnym wobec:

- tego, czemu oddajemy siebie,
- tego, co niszczy relacje,
- tego, gdzie uciekamy w iluzję,
- tego dlaczego uciekamy w iluzję,
- tego, co zabiera nam obecność.

Dekalog w tym ujęciu nie mówi: „MUSISZ”. Lecz w sposób subtelny mówi: „jeśli nie chcesz się zgubić - spójrz tutaj”. (zagubienie siebie = autodestrukcja)

Ta książka nie jest dialogiem religii z psychologią. Jest próbą ocalenia siebie w świecie, który coraz częściej gubi sens, prawdę i obecność. Wystarczy tylko dostrzec zagrożenia. To przecież tak niewiele, a jednak...

I. „Nie będziesz miał bogów cudzych przede Mną”

To przykazanie 3000 lat temu chroniło:

- przed bałwochwalstwem,
- przed podporządkowaniem życia siłom zewnętrznym,
- przed rozpadem wspólnoty.

Było językiem tamtej epoki. Dzisiaj problem nie zniknął. Mamy inną epokę, inny język, inną świadomość i inne „bóstwa”.

We współczesności:

„Nie oddawaj swojej duszy temu, co nie jest Prawdą.”

Lub

„Nie stawiaj niczego ponad to co buduje Ciebie.”

To co buduje nas to: PRAWDA i MIŁOŚĆ. Spoglądając głębiej, odnajdźmy w tym wskazówkę – to ostrzeżenie przed utratą samego siebie. To co dziś świadomie lub nieświadomie stawiamy na piedestale i ponad wszystko:

- ego – „jestem w centrum, ja wiem, ja mam rację”,

- narcyzm relacyjny – to bycie podziwianym zamiast bycie prawdziwym,
 - uzależnienia - substancje, dopamina, pornografia, social media, narkotyki,
 - ideologie - tożsamości zastępujące wewnętrzną prawdę,
 - relacje, w których oddajemy siebie, żeby nie być samym.
- To wszystko może nie być złe samo w sobie. Lecz staje się „bogiem”, gdy:
- zaczyna decydować o tym, kim jesteśmy, ile jesteśmy wari, co buduje naszą wartość, jaki to ma wpływ na relacje i otoczenie.

Perspektywa duchowa – Ojciec Pio

Ojciec Pio mówił wprost i bez kompromisów:

„Największym grzechem człowieka jest życie tak, jakby Bóg nie istniał.” Ale uwaga - u Ojca Pio „Bóg” to nie abstrakcja. To:

- „Prawda” objawiająca się w głosie sumienia,
- „Cisza” w której Jego obecność jest odnajdywana,
- „Miłość” która jest wewnętrznym światłem, które wie, i mówi gdy zdradzasz siebie.

W duchowości Ojca Pio, bożkiem jest wszystko, co odciąga człowieka od prawdy i serca, ba! - nawet „dobro”!!!, jeśli robione jest z ego, a nie z miłości, jeśli jest robione dla podziwu lecz nie z miłości. Ojciec Pio powiedziałby dzisiejszemu człowiekowi:

„Jeśli coś daje Ci ulgę, ale zabiera pokój – to nie jest od Boga.”

Perspektywa psychologiczna – C. G. Jung

Carl Gustav Jung pisał:

„Człowiek nie staje się oświecony, wyobrażając sobie światło, lecz uświadamiając sobie ciemność.”

U Junga „bogowie” to:

- nasze archetypy, (to co w nas jest zapisane, w naszym systemie komórkowym i duszy)
- siły psychiczne, którym nieświadomie oddajemy władzę.

Dzisiejszy „obcy bóg” to:

- Persona (maska zamiast Jaźni, fałsz, iluzja),
- Cień wyparty, (to co w sobie chowamy, wypieramy i nie oczyszczamy, lecz „zaleczamy”)
- Kompleksy, które rządzą relacjami,
- Projekcja.

Jung powiedziałby:

„Jeśli nie nazwiesz tego, co Tobą rządzi, co Tobą kieruje i Cię dominuje to stanie się to Twoim bogiem.”

Pierwsze przykazanie łamiemy, gdy:

- bardziej słuchamy lęku niż prawdy,
- wolimy podziw niż autentyczność,
- oddajemy sprawczość relacji, substancji, ideologii,
- rezygnujemy z siebie, byle nie czuć pustki,
- gdy robimy z drugiego człowieka „boga” (gdy idealizujemy go),
- gdy robimy z drugiego człowieka sens życia, oddajemy mu własną tożsamość, albo stawiamy siebie ponad drugim. Tam, gdzie ktoś przestaje być człowiekiem, a zaczyna być zbawieniem lub wrogiem, tam nie ma już spotkania. Jest kult:

- albo siebie,
- albo relacji,
- albo innych.

Co się dzieje, gdy to przykazanie integrujemy?

- wracają nasze granice,
- wraca odpowiedzialność,
- wraca cisza wewnętrzna,

- relacje przestają być narkotykiem,
- pseudo duchowość przestaje być ucieczką.

Nie stajesz się „lepsy”. Stajesz się prawdziwy. Gdy to przykazanie zaczyna żyć w człowieku: wracają granice, wraca odpowiedzialność, znika potrzeba udowadniania, pojawia się cicha siła bycia sobą. Nie stajesz się doskonały. Stajesz się spójny.

A spójność jest formą modlitwy, nawet jeśli nie używa słów.

Pytanie kończące rozważanie

Czemu, jakim przywarom w moim życiu oddałem władzę? Dlaczego to zrobiłem?

Nie odpowiadaj od razu.

To pytanie ma pracować w ciszy.

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school writing paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

II Nie będziesz brał Imienia Boga swego nadaremno

(Rozważanie o słowie, które traci prawdę)

Drugie przykazanie nie dotyczy języka. Dotyczy odpowiedzialności za sens. Nie chodzi w nim o zakaz wypowiadania Imienia Boga. Chodzi o coś znacznie głębszego:

- o moment, w którym słowo przestaje być nośnikiem Prawdy, a zaczyna być narzędziem ego.

Człowiek może nie wypowiadać imienia Boga ani razu, a mimo to brać je nadaremno, każdego dnia.

We współczesności:

„Nie używaj prawdy, by usprawiedliwiać własne kłamstwo”,

lub

„nie mów w imieniu tego, czym nie żyjesz”.

To przykazanie nie pyta, co mówisz. Ono pyta, czy Twoje słowa mają pokrycie w byciu. Słowa bez pokrycia w byciu to jak niegdyś „czeki bez pokrycia”, są fałszywe i nadaremne.

„Nadaremno” znaczy:

- bez ciężaru,

- bez odpowiedzialności,
- bez zakorzenienia w doświadczeniu.

Każde wielkie słowo: Bóg, miłość, wolność, prawda może stać się puste, jeśli:

- służy wizerunkowi – zwłaszcza ego,
- przykrywa lęk, a więc jest iluzją i fałszem,
- maskuje brak spójności wewnętrznej.

Słowo oderwane od życia i rzeczywistości oraz Prawdy staje się hałasem. A hałas jest przeciwieństwem sensu. Hałas jest formą chaosu. Chaos jest drogą do destrukcji.

Dzisiaj drugie przykazanie łamane jest masowo, często zupełnie nieświadomie:

- gdy używamy „prawdy” jako broni, to mogą być akty projekcji,
- gdy moralizujemy zamiast rozumieć, a to brak miłosierdzia w swoim sercu, to wyraz wynoszenia się ponad samego Boga, to wyraz pychy, to odzywająca się w nas osobowość narcystyczna,
- gdy cytujemy wartości, których nie ucieleśniamy w swoim życiu, a to fałsz i iluzja,
- gdy duchowość staje się dekoracją ego, w konsekwencji wpadamy w pychę lub narcystyczne zachowania.

- Można mówić o Bogu i nie znać Jego ciszy.
 - Można mówić o Miłości i nie znać oraz nie szanować granic innych lub swoich,
 - Można mówić o wolności, a żyć w lęku.
- Choć to nie typowe bluźnierstwo, to jednak rozszczepienie. To fałsz i duchowa fasada.

Perspektywa duchowa – Ojciec Pio

Ojciec Pio był bezlitosny wobec duchowej fasady. Nie ufał słowom, nie ufał postawom granym. Ufał widzialnym owocom.

W jego duchowości:

- imię Boga nosi się w postawie człowieka, a nie na ustach,
- a największą profanacją Imienia Bożego nie jest przekleństwo, lecz mówienie o świętości bez przemiany serca, w trwaniu w pysze.

Dla niego milczenie było czystsze niż pobożna mowa, w której nie ma prawdziwej pokory.

Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung

Carl Gustav Jung widział w słowie ogromną siłę projekcji. To działania gdy człowiek:

- mówi o świetle, nie znając swojego cienia,
- mówi o prawdzie, nie znając siebie,
- mówi w imieniu „wyższych wartości”, by nie spotkać własnego chaosu,
- wtedy słowo staje się maską Persony.
- to projekcje, w których słyszymy przypisywane nam destrukcyjne zachowania tych, którzy sami ich w sobie nie widzą.

A Persona, gdy nie jest zintegrowana, zawsze mówi więcej, niż jest w stanie unieść. Zawsze na innych nakłada to czego sama nie potrafi unieść. To schematy działań zakorzenione w osobowościach narcystycznych.

Drugie przykazanie łamiemy w relacjach, gdy:

- obiecujemy, by nie stracić,
- mówimy „kocham”, by nie być sami,
- używamy wielkich słów, by uniknąć trudnych rozmów.

Każde słowo, które nie jest podparte czynem,

- powoli niszczy zaufanie, najpierw w drugim, potem w sobie.

Człowiek, który zbyt łatwo mówi o działaniach innych wskazując na błędy, potępiając innych często sam nie wie jeszcze, kim jest. A Cisza jest uczciwością – wobec siebie, wobec innych. To przykazanie nie wzywa do typowego milczenia. Wzywa do prawdziwości. Czasem bardziej święta jest cisza niż mowa. Czasem bardziej uczciwe jest powiedzieć „nie wiem” niż deklarować. Czasem największym szacunkiem dla Prawdy jest przyznanie, że jeszcze się jej uczy. Słowo odzyskuje moc dopiero wtedy, gdy przestaje służyć ego. Gdy drugie przykazanie zaczyna żyć w człowieku:

- słowa stają się prostsze,
- obietnice rzadsze,
- deklaracje ostrożniejsze,
- obecność jest głębsza,
- odchodzi od nas potrzeba oceniania innych. I wówczas nie trzeba mówić o wartościach bo one zaczynają być po prostu widoczne, powstają ich owoce, czyny. Iluzja potrzebuje krzyku, a autentyczność nie krzyczy. Ona jest.

Pytanie na ciszę

Jakich słów, jakich zachowań i czynów używam, by nie spotkać prawdy o sobie? Nie przed innymi, przed samym sobą. Nie odpowiadaj natychmiast.

[illegible]

III Pamiętaj, abyś dzień święty święcił

Trzecie przykazanie brzmi jak nakaz religijny. A tak naprawdę jest jednym z najbardziej praktycznych przykazań, jakie kiedykolwiek zapisano. Może dotyczyło niedzieli ale dziś może dotyczyć czasu w szerszej perspektywie. To czas, który jest święty. Dotyczy on rytmu, bez którego człowiek pęka od środka. To przykazanie nie pyta, czy chodzisz do kościoła. Pyta, czy umiesz zatrzymać się, zanim życie zrobi z Ciebie funkcję.

We współczesności

*Uświęć czas, który przywraca Cię do siebie, do relacji,
albo:*

zatrzymuj się regularnie, zanim utracisz sens.

To przykazanie nie jest o obowiązku. Jest ono wezwaniem do higieny własnej duszy. Zatrzymanie się powoduje bycie w ciszy. A tam w niej znajdziesz duszę, sumienie i Boga.

Kiedyś „dzień święty” był:

- wspólnym rytmem,
- ochroną człowieka przed wyzyskiem,

- granicą między pracą, a życiem,
- pamięcią o Tym, co większe niż codzienność.

To było prawo, które chroniło wspólnotę i ciało. Dzisiaj problem jest ten sam, tylko bardziej podstępny ponieważ nie pracujemy pod batem i prężeniem, przed wyzyskiem chronią nas dziś prawa ustanowione przez człowieka.

Dzisiaj - „nie święcimy dnia świętego”, gdy:

- nie mamy ani jednego dnia bez ekranu,
- nie mamy ani jednej godziny bez bodźców,
- nie mamy ani jednej chwili bez „muszę”.

Człowiek, który nie potrafi odpoczywać, zwykle nie odpoczywa dlatego, że się boi. Bo odpoczynek to spotkanie z ciszą. A cisza natychmiast pokazuje:

- co boli,
- co jest nieprzeżyte,
- co nas zatrzymuje przed rozwojem,
- co jest nieprawdziwe,
- co zostało zaniedbane,
- w ciszy odzywa się niechciane sumienie.

Dlatego tak wielu woli „zmęczenie” niż prawdę. Zmęczenie często używamy jako usprawiedliwienie.

Cisza jest zaproszeniem do poznania Prawdy, a Prawda jest zaproszeniem do wewnętrznej zmiany.

Perspektywa duchowa - Ojciec Pio

Ojciec Pio żył z rytmu, który nie był luksusem, tylko koniecznością. Dla niego modlitwa nie była dodatkiem do życia. Była oddechem duszy. W tej perspektywie „święcić dzień” znaczy:

- oddać Bogu to, co w nas rozproszone,
- przywrócić sercu miejsce,
- wrócić do wdzięczności i pokory,
- przestać udowadniać, a zacząć być.

Ojciec Pio powiedziałby: - nie chodzi o to, by zrobić coś „pobożnego”. Chodzi o to, by nie żyć tak, jakby sens nie istniał.

Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung

Carl Gustav Jung widział, że psyche potrzebuje rytuału tak samo jak ciało snu. Bo bez rytuału człowiek:

- rozpada się na role,
- żyje w Personie,
- traci kontakt z wnętrzem.

Dzień święty, w ujęciu psychologicznym, jest jak punkt stały: w którym:

- integrujesz doświadczenia,
- porządkujesz emocje,
- odzyskujesz kontakt z Jaźnią.

Jeśli człowiek nigdy się nie zatrzymuje, jego nieświadomość zatrzyma go za niego, czym?

- kryzysem,
- depresją,
- chorobą,
- wypaleniem albo rozpadem relacji.

To przykazanie jest więc profilaktyką integracji. Jest higieną swego wnętrza. Człowiek, który święci czas, nie potrzebuje aż tak wielu katastrof, żeby się obudzić.

III przykazanie możemy odnieść do naszych relacji z samym Bogiem ale również z bliskimi.

Bo jeśli nie ma dnia świętego, to:

- nie ma wspólnego stołu,
- nie ma prawdziwej rozmowy,
- nie ma obecności,
- nie ma dotyku bez pośpiechu,
- nie ma spojrzenia, które widzi,

- zanika zrozumienie, przychodzi „odejście”.

Rozważając III przykazanie w aspekcie naszego rodzinnego życia warto zauważyć, że relacje małżeńskie nie tylko umierają przez zdrady. One mogą umierać przez zaniechanie „uświęcania czasu świętego”. To cicha i podstępna siła niszczycielska relacji małżeńskich. Siła zaniechania „celebracji związku i jego świętego czasu”. Rodziny umierają przez ciągłe „zaraz”, „później”. Często słyszane „zaraz” potrafi zabijać cicho i sukcesywnie w małych dawkach, ciszej niż konflikt.

A czym jest „świętowanie” dzisiaj? Świętowanie nie musi ograniczać się jedynie do rytuału religijnego, choć może. Świętowanie dzisiaj powinno być rozszerzone na:

- życie bez autopilota,
- spacer bez słuchawek,
- posiłek rodzinny bez telefonu,
- rozmowę bez pośpiechu,
- ciszę, w której usłyszemy siebie,
- modlitwę, jeśli ją znasz,
- okazanie wdzięczności, jeśli nie znasz modlitwy,
- zabawą z dziećmi,

- przytulaniem małżonków patrzących sobie w oczy, wsłuchujących się jedno w drugie...

Wieczory to też czas świętości, ale świętości rodzin. One mają być święte, a stają się polem rozproszenia. To nie jest neutralne. To niszczy więzi powoli, ale systematycznie. Granice, których pozbywamy się sami, niszczone są przez relacje, które wkraczają w święty czas rodzin. A brak tych granic oznacza:

- brak obecności,
- brak celebracji,
- brak rytuału bycia razem.

Małżeństwa, które żyją on-line w telefonach dla innych, zapominają, że miłość potrzebuje:

- czasu bez świadków,
- rozmowy bez ekranów,
- spojrzenia, które nie ucieka.

Relacje nie rozpadają się tylko przez konflikty. Rozpadają się, bo nie mają kiedy wspólnie oddychać. Nowym sabotażem świętości rodzin obecnie są media, które coraz częściej używamy bez odpowiedzialności. Środki masowego przekazu same w sobie nie są złem. Stają się nim wtedy, gdy:

- wchodzą w każdy moment i czas naszego dnia i wieczoru,

- nie mają granicy,

- zabierają czas, który powinien być chroniony.

Telefon położony między dwojgiem ludzi nie jest narzędziem. Jest dziś trzecim uczestnikiem relacji. A tam, gdzie zawsze jest ktoś trzeci, - bliskość słabnie. Święty czas jako akt odwagi. A uświęcić czas dzisiaj, znaczy:

- odłączyć się, mimo lęku, że coś nas ominie,

- wytrzymać ciszę bez natychmiastowej stymulacji,

- być niedostępnym dla świata, by być dostępnym dla relacji.

To wymaga odwagi. Bo cisza odsłania:

- zmęczenie,

- pustkę,

- napięcie,

- pytania, których unikamy.

Nierozważne oddawanie się mediom, nie tylko niszczy nas czas, ale powoduje zatracenie miejsca wspólnego spotkania. To pożeracz świętości, a to, co pożera święty czas, rzadko wygląda groźnie. Najczęściej ma postać:

- jeszcze jednego scrolla,

- szybkiego sprawdzenia,
- chwili dla siebie, która nie regeneruje,
- bycia dostępnym dla wszystkich, kosztem najbliższych.

Pożeracz czasu nie krzyczy, on przecież „uspokaja”, a potem w ciszy – zabija relację zabierając jej tlen. Aktem miłości wobec rodziny jest bezwzględne postawienie granicy. A bez bezwzględności - nikt jej nie uszanuje.

Święty czas, to czas, w którym:

- nie jesteś produktem,
- nie jesteś funkcją,
- nie jesteś maską,
- Jesteś człowiekiem – prawdziwym, tu i teraz.

Gdy trzecie przykazanie zaczyna żyć w człowieku przestaje on mylić swoją wartość z wydajnością, odzyskuje zdolność odpoczynku bez poczucia winy, uczy się ciszy bez ucieczki. Zaczyna rozumieć, że odpoczynek nie jest nagrodą. Zaczyna rozumieć, że porządek jest warunkiem koniecznym, by w ogóle mieć „żywą duszę”.

I dzieje się coś jeszcze:

- człowiek przestaje stale czegoś szukać, bo zaczyna być u siebie.

Pytanie na ciszę

Czego unikam, kiedy nie pozwalam sobie na zatrzymanie?

Dlaczego zagłuszam ciszę?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, co w Tobie rośnie, gdy niczego nie robisz, gdy jesteś w ciszy, w modlitwie.

Tam jest Twoja prawda.

[illegible]

IV Czcij ojca swego i matkę swoją

(Rozważanie o korzeniach, granicach i dojrzałości)

Czwarte przykazanie bywa rozumiane opacznie. Jedni słyszą w nim nakaz bezwzględneho posłuszeństwa. Inni, ciężar lojalności, który wiąże na całe życie. A tymczasem to przykazanie nie jest nakazem uległości wobec rodziców. Jest o porządku, bez którego człowiek nie potrafi stać się sobą. Nie pyta: czy Twoi rodzice byli idealni. Pyta: czy wiesz, skąd pochodzisz? Czy umiesz pójść dalej z wdzięcznością ale już swoją drogą?

We współczesności

możemy odczytać je na nowo, z większą świadomością relacji i ich wpływów na nas w dorosłym życiu.

Uznaj swoje korzenie, ale nie pozwól im Cię uwięzić.

Albo krótko:

Oddziel wdzięczność od zależności.

To przykazanie nie każe czcić miłości rodziców i ich bezgranicznego bycia w Twoim życiu, czy przemocy, zaniedbania, krzywdy. Nie każe tkwić w nieustannych i bezgranicznych relacjach, które mogą nie szanować

Twoich granic oraz granic Twojej rodziny. Każe nazwać prawdę o pochodzeniu, żeby nie nieść jej dalej w nieświadomości. Czym jest „cześć” oddana rodzicom?

„Czcij” nie znaczy:

- idealizuj,
- usprawiedliwiał,
- milcz o ranach,
- poświęć siebie, swoją rodzinę, swoje granice dla wykazania wdzięczności.

„Czcij” znaczy:

- uznaj fakt istnienia,
- przyjmij życie, które przez Niech przyszło,
- nazwij dobro i nazwij zło,
- zakończ dziecięcą zależność.

Cześć bez prawdy jest iluzją. Prawda bez czci jest buntem.

A dojrzałość relacyjna zaczyna się tam, gdzie obie mogą współistnieć ze sobą, gdzie może współistnieć cześć z prawdą.

Czwarte przykazanie to: uznaj swoje korzenie, szanuj je i bądź za nie wdzięczny — ale zachowaj zdrową wolność od zależności. To zdanie nie jest kompromisem. Jest syntezą dojrzałości relacyjnej dorosłego dziecka. Czwarte

przykazanie nie wymaga ani buntu, ani ślepej lojalności.

Wymaga wewnętrznego porządku, w którym:

- korzenie są uznane,
- przeszłość nazwana,
- wdzięczność oddzielona od uwięzienia.

Wdzięczność wobec rodziców bez wolności w dorosłości dziecka zamienia się w dług. Wolność bez wdzięczności zamienia się w ucieczkę. Cześć jest uznaniem wartości rodziców jako tych „zradzających i wychowujących”, cześć nie jest uległością wobec rodziców.

„Czcij” nie znaczy:

- zaprzecz krzywdzie,
- zrezygnuj z granic,
- żyj cudzym życiem.

„Czcij” znaczy:

- uznaj fakt, że przez Nich przyszło życie,
- przyjmij to, co było dobre,
- nazwij to, co było niszczące,
- nie przenoś dalej tego, co nie twoje.

Człowiek może być wdzięczny za życie i jednocześnie nie zgadzać się na powielanie wzorców. To nie jest brak szacunku. To jest odpowiedzialność. A odpowiedzialność

w czci rodziców jest wdzięcznością, która nie zniewala, jest wdzięcznością dojrzałą, a dojrzała wdzięczność:

- nie żąda zapłaty,
- nie unieważnia granic,
- nie wymaga poświęcenia siebie, swoich dzieci czy partnerów.

Rodzice nie są właścicielami życia dziecka. Są jego przekaznikami. Gdy dziecko dorosłe żyje z pozycji „jestem winien” jego relacja przestaje być relacją, a staje się więzią zależności i destrukcją własnego siebie, własnego życia. Zatem czwarte przykazanie nie chroni zależności. Chroni ciągłość życia bez niewoli.

Perspektywa duchowa - Ojciec Pio

Ojciec Pio wiedział, że największym ciężarem duchowym są nie tylko nieprzebaczone więzi, ale też fałszywa pobożność wobec rodziny. On nie uczył idealizacji. Uczył prawdy połączonej z odpowiedzialnością. W tej perspektywie:

- brak czci odcina człowieka od źródła życia,

- fałszywa część unieruchamia go w roli dziecka nie pozwalając na osiągnięcie dojrzałości w swoim odrębnym życiu.

Bóg nie chce, byś został w domu rodzinnym na zawsze. Chce, byś wyszedł z niego jako człowiek wolny, ku dojrzałości. Zostając zależnym odbierasz sobie drogę wzrostu.

Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung

Carl Gustav Jung widział w relacji z rodzicami fundament całej psychiki. Nieoddzielony ojciec i matka żyją w nas dalej:

- w wyborach partnerów,
- w relacjach władzy,
- w lęku przed autonomią,
- w niezdolności do poszanowania własnych granic.

Człowiek, który nie odłączył się wewnętrznie, pozostaje lojalny wobec dziecięcych schematów nawet wtedy, gdy świadomie się buntuje. Czwarte przykazanie jest więc przykazaniem indywiduacji:

- odejścia bez zerwania,
- uznania bez uwięzienia,

- wzrostu bez poddania rodzicom i ich oczekiwaniom w dorosłości.

Lekceważymy ów przykazanie, gdy:

- idealizujemy rodziców kosztem prawdy,
- obciążamy ich też bezpodstawnie za wszystko, nie biorąc odpowiedzialności za siebie,
- żyjemy cudzym życiem, by „nie zawieść”, a więc wiele płaszczyzn życia układamy pod oczekiwania rodziców,
- lub uciekamy, nie domykając „zdrowo w prawdzie” relacji.

Każda skrajność przedłuża zależność. Człowiek, który nie stanął naprzeciw rodziców jako dorosły, często nie potrafi stanąć jako dorosły wobec partnera, dzieci i siebie. Bardzo ważnym elementem jest dostrzeżenie faktu, że czwarte przykazanie chroni małżeństwa i rodziny bardziej, niż nam się wydaje. Dlaczego? Jak?

Bo gdy:

- rodzice są ważniejsi niż partner,
- lojalność wobec domu pochodzenia niszczy nową więź - to relacja nie ma szansy stać się autonomiczna. A właśnie dorosła miłość zaczyna się tam, gdzie kończy się dziecięca lojalność. Zamykając dziecięcą lojalność budujemy

małżeńską miłość, pozwalamy jej wzrastać i w tym jest ochrony małżeństw i rodzin.

Uczcić rodziców to:

- przyjąć życie od nich,
- domknąć dziecięce oczekiwania,
- przestać czekać, aż wreszcie będą inni,
- przestać żyć po to, by coś im udowodnić.
- Czasem najwyższą formą czci jest - dobre odejście bez nienawiści.
- Czasem - postawienie granicy bez pogardy,
- Czasem - milczenie, które nie jest ucieczką.

Gdy czwarte przykazanie zaczyna żyć:

- człowiek przestaje walczyć z przeszłością,
- relacje przestają być polem powtórzeń,
- pojawia się spokój, który nie zależy od aprobaty.

Korzenie przestają ciągnąć nas w dół. A zaczynają utrzymywać nasz pion.

Pytanie na ciszę

Czy moje życie jest przedłużeniem historii moich rodziców, czy już moją własną drogą?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, gdzie wciąż czekasz na zgodę, której nikt już nie musi Ci dawać.

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school handwriting practice paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

V Nie zabijaj

(Rozważanie o przemocy, która nie zostawia krwi)

Piąte przykazanie brzmi jak oczywistość. Większość ludzi czyta je i myśli: „To nie o mnie”. A jednak to jedno z najczęściej łamanych przykazań. Nie przez rękę. Lecz przez słowo, obojętność, zaniedbanie i brak obecności. Choć zdawać by się mogło, że ono mówi tylko o zabiciu ciała, to jednak nie dotyczy ono tylko zniszczenia poprzez odebranie życia innej osobie. Dotyczy wszystkiego, co żyje w drugim i w nas.

We współczesności

moglibyśmy rozpatrywać je jako drogę chroniącą przed zniszczeniem, destrukcją i autodestrukcją poprzez:

Nie niszczy życia w sobie, ani w drugim człowieku.

Albo:

Nie odbieraj drugiemu prawa do istnienia takim, jakim jest.

To przykazanie nie pyta, czy jesteś agresywny. Pyta, czy Twoja obecność daje życie, czy je pomniejsza. Pomimo XXI w, - zdawać by się mogło wzrostu naszej

świadomości, do dziś toczą się wojny, do dziś ludzie się zabijają. My też zabijamy:

- słowem,
- pogardą,
- lekceważeniem,
- milczeniem,
- ciągłą krytyką,
- odebraniem nadziei.

Można nie uderzyć nigdy, a mimo to sprawić, że ktoś przestanie wierzyć w siebie. To jest przemoc subtelna. Gaslighting – to też zbrodnia, zbrodnia dokonywana na godności drugiego człowieka. I właśnie dlatego tak trudna do zauważenia. To przemoc w relacjach, przemoc psychiczna i manipulacja – cicha zbrodnia dokonywana na tych, którzy kochają.

Piąte przykazanie łamiemy w relacjach, gdy:

- zawstydzamy zamiast rozumieć,
- karzemy ciszą,
- manipulujemy poczuciem winy,
- odbieramy głos, zatykamy swoje uszy,
- odbieramy innym prawo do emocji,
- odbieramy prawo do wyrażania ich granic.

Każde:

- „przesadzasz”,
- „z tobą się nie da”,
- „jesteś problemem”,
- „nie umiesz”,
- „nie potrafisz się nauczyć”,
- „jesteś nieudacznikiem”,

To wszystko jest małym aktem unicestwiania. Relacje nie kończą się zawsze zdradą. Często mogą kończyć się powolnym umieraniem poprzez zadawanie małych ale w dużych ilościach – ran.

Perspektywa duchowa - Ojciec Pio

Ojciec Pio rozumiał piąte przykazanie bardzo radykalnie.

Dla niego:

- brak miłości był formą przemocy,
- brak obecności był formą odrzucenia,
- brak miłosierdzia był duchowym zabójstwem.

Nie pytał, czy ktoś jest „winny”. Pytał, czy jego serce jeszcze żyje. W tej perspektywie największym grzechem nie jest gniew. Jest nim zatwardziałość, która przestaje

widzieć człowieka – zatyka usta drugiemu, zatyka nam uszy. To akt zabójstwa miłości, relacji.

Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung

Carl Gustav Jung powiedziałby, że piąte przykazanie dotyczy także relacji z własnym cieniem.

Człowiek, który:

- nienawidzi siebie,
- tłumi emocje,
- niszczy swoje granice,
- żyje w ciągłym samopotępieniu – on dokonuje cichej autoagresji. Nieświadoma przemoc wobec siebie zawsze przenosi się na innych. Kto nie chroni życia w sobie, nie potrafi chronić go w relacjach. Jedną z najcięższych form przemocy jest odbieranie nadziei. Wówczas gdy:

- zamykamy innym przestrzeń ich wzrostu.

Człowiek bez nadziei nie umiera od razu. On gaśnie. Lecz V przykazanie należy rozważyć również wobec siebie.

Zabijamy siebie gdy:

- żyjemy wbrew sobie,
- ignorujemy sygnały ciała,

- zostajemy w relacjach, które nas niszczą i niszczą naszą godność,

- tłumimy to, co w nas żywe, a nasze życie zostaje zamienione w przetrwanie. To nie jest heroizm. To błędne pojęcie heroizmu. To jest powolne wyniszczanie siebie.

Gdy piąte przykazanie zaczyna żyć:

- słowa stają się ostrożniejsze,

- gniew przestaje być bronią,

- relacje odzyskują bezpieczeństwo,

- i pojawia się odpowiedzialność za wpływ, jaki mamy na innych.

Człowiek zaczyna pytać nie tylko: „Czy mam rację?” ale: „Czy to, co robię, podtrzymuje i buduje życie moje i innych?”

Bo życie nie znika tylko przez przemoc. Często znika przez brak miłości.

Pytanie na ciszę

Gdzie w moim życiu, w sobie lub w relacjach, życie zostało przytłumione zamiast chronione?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, komu lub czemu odebrałeś przestrzeń do oddychania. Zaborem przestrzeni i gwałtem na granicach innych dokonujesz zbrodni.

[illegible]

VI Nie cudzołóż

(Rozważanie o intymności, zdradzie siebie i rozszczepieniu pragnień)

Szóste przykazanie bywa bardzo często redukowane do jednego czynu. Do czynu fizycznego. A przecież zdrada zawsze zaczyna się wcześniej:

- w myśli,
- w spojrzeniu,
- w pragnieniu, które nie zostało nazwane,
- w wyniku odtrącenia.

To przykazanie nie dotyczy wyłącznie ciała. Dotyczy również spójności serca. Nie pyta: „czy przekroczyłeś granicę?” Pyta: „kiedy przestałeś być obecny tam gdzie jesteś?”

We współczesności:

Nie rozszczepiaj swojej intymności.

Albo:

Nie zdradzaj relacji, zanim zdradzisz ją czynem.

Szóste przykazanie nie jest o kontroli. Jest o wierności temu, co wybrałeś - i temu, kim jesteś. Czym naprawdę jest cudzołóstwo? Cudzołóstwo nie zaczyna się w łóżku.

Zaczyna się w momencie, gdy:

- przestajesz być obecny w swojej relacji,
- zaczynasz żyć „gdzie indziej”,
- karmisz pragnienie poza miejscem, które wybrałeś.

To moment, w którym intymność przestaje być relacyjna, a staje się rozproszona poprzez dzisiejsze rozpraszacze i rozprasające relacje, które w sposób niezauważalny prowadzą do jednego...

Rozszczepienie pragnień to pierwszy akt zdrady. Początkowo następuje zdrada siebie. Zanim zdradzimy drugiego człowieka, zaczynamy od zdrady samego siebie, gdy:

- nie mówimy uczciwie i otwarcie o swoich potrzebach,
- nie nazywamy samotności i gdy o niej nie mówimy kiedy zaczynamy ją doświadczać, ponieważ w związku jej poczucie prowadzi do poszukiwania kogoś innego jako uzupełnienia samotności w związku,
- gdy nie przyznajemy się do braku bliskości,
- gdy uciekamy w fantazję zamiast w rozmowę,

- gdy tworzymy podwójne życie:

- jedno jest widzialne, a drugie karmione jest w ukryciu.

Sama zdrada relacji jest często skutkiem długiej zdrady własnej prawdy.

Dziś „przedsionkiem zdrady” najczęściej stają się media społecznościowe. Jej przedsionkiem jest brak granic czasowych i relacyjnych z innymi. Współczesne zdrady rzadko zaczynają się od spotkania. Dziś zaczynają się od kliknięcia:

- „niewinnej” wiadomości,

- „niewinnych serduszek” wysyłanych w przestrzeń gdy mąż lub żona śpią obok,

- komentarza, który daje poczucie bycia widzianym,

- rozmowy, która nie ma granic i narusza święty czas Rodziny,

- relacji, która „nic nie znaczy”, ale coś w nas karmi.

Media społecznościowe stworzyły przestrzeń intymności z innymi bez odpowiedzialności. To, co prywatne, stało się dostępne. To, co intymne, stało się lekkie. To, co kiedyś wymagało odwagi, dziś wymaga tylko zasięgu i sieci. Zdrada nie zawsze łamie ciało. Często łamie obecność.

„Mikro” – zdrady

Szóste przykazanie łamiemy drobnymi gestami:

- ukrywaniem rozmów,
- kasowaniem historii,
- emocjonalną poufałością poza relacją,
- porównywaniem partnera do wizerunków innych,
- karmieniem fantazji zamiast budowanie więzi.

To załączniki przyszłych zrad. Każda mikro - zdrada osłabia zaufanie, osłabia miłość - najpierw w sobie, potem w relacji.

Perspektywa duchowa – Ojciec Pio

Ojciec Pio widział w niewierności przede wszystkim rozdarcie serca. Dla niego wierność nie była represją. Była skupieniem miłości. A miłość rozproszona traci swą moc. Miłość skupiona staje się twórcza. W tej perspektywie największym zagrożeniem nie jest pożądanie.

- jest nim brak czujności serca,
- gwałt dokonywany na własnych granicach strzegących relacji rodzinnych i małżeńskich.

Perspektywa psychologiczna -C. G. Jung

Carl Gustav Jung powiedziałby, że zdrada jest często skutkiem niezintegrowanego cienia.

To, co w nas:

- wyparte,
- nieprzeżyte,
- nienazwane, - to wszystko szuka ujścia, poza związkiem.

Jeśli człowiek nie integruje swoich pragnień, będą one żyły własnym życiem. A to, co żyje poza świadomością, (poza świadomością konsekwencji) zawsze domaga się realizacji. Dopóki nie staniemy w prawdzie, nie zauważymy co jest przyczyną naszego poczucia samotności w związku i nie zaczniemy nad tym wspólnie pracować będziemy iść schematem realizacji cichych i ukrytych pragnień.

Intymność jest wyborem. Intymność nie jest uczuciem. Jest decyzją bycia obecnym. Tu – w tym związku. Być intymnym to:

- rozmawiać, zanim uciekniesz,
- nazwać brak, zanim go zakryjesz,
- wrócić do relacji, zanim poszukasz gdzie indziej,

- nawet jeśli druga strona nie chce słuchać i nie chce wysłuchać – trzeba próbować rozmawiać.

Wierność nie polega na tym, że nie czujesz nic do nikogo.

Polega na tym, że wiesz, co robisz z tym, co czujesz.

Gdy szóste przykazanie zaczyna żyć:

- pragnienia przestają rządzić w ukryciu,

- relacje odzyskują bezpieczeństwo,

- intymność wraca do ciała, słowa i obecności,

- człowiek przestaje żyć na dwa fronty.

Spójność serca jest fundamentem zaufania. Bez niej nie ma ani miłości, ani wolności. A zdrada zaczyna się tam, gdzie kończy się wspólna obecność, gdzie wybieramy też kliknięcia zamiast rozmowy w relacji...

Pytanie na ciszę

Gdzie moja intymność jest dziś rozproszona zamiast zakorzeniona?

Nie odpowiadaj od razu.

Sprawdź, gdzie uciekasz myślą i ukrytym czynem gdy powinieneś być obecny.

[illegible]

VII Nie kradnij

(Rozważanie nie tylko o rzeczy ale też o zawłaszczaniu czasu, uwagi i granic)

Siódme przykazanie zwykle kojarzy się z portfelem. A przecież dziś częste kradzieże nie mają formy materialnej.

To przykazanie warto rozbudować: Nie kradnij rzeczy i nie kradnij:

- czasu innych,
- uwagi innych,
- energii innych,
- cudzej obecności,
- spokoju cudzych relacji.

I bardzo często robimy to nieświadomie. To przykazanie nie pyta, czy zabrałeś coś fizycznie. Pyta: czy wziąłeś coś, co do Ciebie nie należało.

We współczesności:

Nie zawłaszczaj tego, co nie zostało Ci dane.

Albo:

Nie bierz cudzej uwagi, czasu i energii kosztem ich życia.

Siódme przykazanie jest również o szacunku dla granic, bez którego żadna relacja nie pozostaje czysta. Kradzież bez poczucia winy to ta najbardziej niebezpieczna kradzież. Ona nie wygląda jak gdybyśmy kradli. Kradniemy własności, kradniemy relacje, czas i przestrzeń, cudzą świętość:

- dzwonisz lub piszesz bez pytania o przestrzeń,
- wchodzisz w czyjąś intymność, bo „to tylko rozmowa”,
- zabierasz uwagę, nie oferując odpowiedzialności,
- karmisz się cudzą obecnością, nie dając swojej,

Wówczas nie myślimy: „kradnę”. Myślimy: „przecież nic złego nie robię”. To tylko przestrzeń przyjaźni. Zgadzam się, lecz jeśli ta przestrzeń wypiera naszą przestrzeń czasu rodziny, związku, dzieci – to jednak coś znika. Kradzież czasu rodzinnego. Kradzieży tej świętości dokonują również pracodawcy nie szanujący czasu i przestrzeni rodziny pracowników poza czasem wykonywanego zawodu.

A jedną z najcichszych kradzieży jest ta, która dzieje się wieczorem, gdy:

- zamiast być z partnerką lub partnerem,
- zamiast być z dziećmi,

- zamiast celebrować relacje rodzinne, wchodzimy w telefon i wkradamy się w cudze relacje. Wówczas zabieramy:

- czyjaś uwagę,
- czyjaś energię,
- czyjaś obecność przy ich rodzinie,
- kradniemy „święty czas cudzej i swojej rodziny”.

To nie jest neutralne. Każda rozmowa, która dzieje się kosztem czyjegoś domu, jest formą zawłaszczenia. Media społecznościowe nie kradną same. One umożliwiają kradzież bez kontaktu z konsekwencją.

Wystarczy:

- wiadomość wysłana późnym wieczorem,
- flirt podszyty „niewinnością”,
- relacja, która „nic nie znaczy”.

A jednak:

- ktoś odkłada rozmowę z partnerem,
- ktoś przestaje być obecny przy dzieciach, żonie, mężu,
- ktoś oddaje czas, który miał być święty.

Kradzież nie zawsze zabiera coś nam. Często zabiera coś komuś innemu przez nas. Siódme przykazanie łamiemy także wtedy, gdy:

- przekraczamy granice emocjonalne,
- domagamy się dostępności,
- nie szanujemy „nie”,
- oczekujemy odpowiedzi natychmiast.

Cudza granica to nie przeszkoda. To ochrona czyjegoś życia. Kto nie szanuje granic, zawsze bierze więcej, niż daje.

Perspektywa duchowa - Ojciec Pio

Ojciec Pio mówił, że grzech nie zawsze polega na złym czynie. Czasem polega na braku miłości w tym, co robimy. Zabieranie czasu bez odpowiedzialności jest brakiem miłości do innych. W tej perspektywie:

- zawłaszczanie uwagi jest duchową przemocą,
- zabieranie obecności jest okradaniem relacji,
- brak granic niszczy wspólnotę szybciej niż konflikt.

Perspektywa psychologiczna – C. G. Jung

Carl Gustav Jung widział kradzież także jako problem niezaspokojonego braku.

Człowiek, który:

- nie ma kontaktu ze sobą,
- nie karmi własnego życia,

- nie ma własnej pełni, zaczyna żywić się cudzą energią.

To, co nie zostało zintegrowane wewnątrznie, szuka kompensacji z zewnątrz. I wtedy relacje stają się źródłem zaspokojenia swoich braków, a nie spotkaniem. Często, nieświadomioną kradzieżą jest ta, która zabiera miłość tam, gdzie miała wzrastać wtedy gdy:

- wchodzimy w cudzą relację,

- bezmyślnie zabieramy czas czyjejś rodzinie lub osobie,

- karmimy się czyjąś uwagą, wiedząc, lub może czując, że nie jest wolna, - okradamy nie tylko ludzi tych z „pierwszego rzędu” – okradamy ich rodziny. Okradamy możliwość ich wzrostu. A czasem okradamy ich:

- dzieci z obecności rodziców, nawet jeśli nigdy ich nie spotkasz.

Gdy siódme przykazanie zaczyna żyć:

- pojawia się uważność,

- wraca szacunek dla czasu,

- relacje przestają być pasożytnicze,

- obecność staje się darem, nie towarem.

Człowiek zaczyna pytać: „Czy to, co biorę, zostało mi naprawdę dane?” Jeśli nie - uczy się nie brać. A przecież nie wszystko, co dostępne, jest nam dane.

Nie kradnij – dotyczy także wolności. Można kraść nie dotykając cudzej własności. Można kraść, nie biorąc nic do ręki. Jedną z najbardziej subtelnych, a zarazem najbardziej niszczących form kradzieży jest bezmyślna kontrola drugiego człowieka oparta na kompletnym braku zaufania. Wtedy kontrolujemy:

- cele,
- wizje życia,
- sposób myślenia,
- emocje,
- decyzje,
- światopogląd.

Często robimy to w dobrej wierze. Lecz wówczas dewaluujemy. Pomniejszamy poczucie własnej wartości, poprawiamy, nauczamy... Często mówimy sobie, że chodzi o troskę, o bezpieczeństwo, o miłość. A jednak kontrola nie jest troską. Jest próbą odebrania drugiemu prawa do bycia sobą. Kontrola tworzy iluzję bezpieczeństwa, kontrola daje iluzję spokoju. Sprawia wrażenie, że panujemy nad chaosem. Ale ten spokój jest pozorny. Bo bezpieczeństwo, które rodzi się z kontroli, nie jest bezpieczeństwem relacji jest bezpieczeństwem

własnego ego, które boi się stracić wpływ. Im bardziej kontrolujemy, tym bardziej druga strona przestaje być obecna. Nie dlatego, że nie chce, lecz dlatego, że nie ma już gdzie być sobą. Zaś źródłem naszej nadmiernej kontroli jest „nieuświadomiony” w nas, nasz własny problem...

W związkach ta forma kradzieży bywa szczególnie bolesna, gdy:

- regulujemy u innych, co wolno im czuć,
- decydujemy za innych co jest ich „właściwym” pragnieniem,
- oceniamy myśli i wybory partnera,
- narzucamy swoją wizję życia jako jedyną słuszną.

Wówczas relacja przestaje być spotkaniem, ona staje się zarządzaniem, a „miłość”, która zarządza, ona nie chroni, ona odbiera wolność. A wolność jest darem, nie zagrożeniem. W bezmyślnej kontroli okradamy innych z wolności. Zapominamy, że drugi człowiek nie został nam dany po to, by potwierdzać nasze lęki ani realizować nasze scenariusze. Został nam dany jako wolna istota. Kiedy odbieramy wolność wyboru, kradniemy coś znacznie cenniejszego niż czas czy energię. Kradniemy:

- odpowiedzialność,
- godność,
- możliwość wzrostu. A często także miłość, bo miłość bez wolności nie oddycha. Kontrola jest również formą zdrady zaufania. Tam, gdzie pojawia się kontrola, znika zaufanie. A tam, gdzie nie ma zaufania, umiera relacja, powoli, w ciszy i zostaje tylko zależność. A zależność nie jest już związkiem.

W dzisiejszej rzeczywistości rozszerzmy świadomie naukę VII przykazania o pojęcie zaprzestania kradzieży tego, co niewidzialne.

Nie kradnij:

- czyjegoś prawa do własnej drogi, - pozwólmy dorosłym dzieciom być dorosłymi,
- nie kradnijmy prawa do błędu,
- nie kradnijmy prawa do inności,
- nie okradajmy prawa do wolnej woli.

Kontrola nie chroni relacji. Zarówno relacji na płaszczyźnie partner – partnerka jak i na płaszczyźnie rodzic – dorosłe dziecko.

Kontrola okrada z wolności, a bez wolności nie ma miłości. Miłość w zniewoleniu umiera...

Pytanie na ciszę

Czyja cisza, czyj czas lub czyja relacja stała się źródłem dla mnie - kosztem ich życia?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, skąd bierzesz energię, gdy wieczorem sięgasz po telefon.

[illegible]

VIII Nie mów fałszywego świadectwa

(Rozważanie o prawdzie, narracji i fałszu wizerunku)

Ósme przykazanie nie dotyczy tylko kłamstwa wypowiedzianego na głos. Dotyczy historii, które opowiadamy o innych, o świecie i o sobie.

Nie pyta jedynie: „czy skłamałeś?”

Pyta znacznie głębiej: „jaką rzeczywistość tworzymy swoimi słowami i obrazami?” Bo fałszywe świadectwo to nie zawsze nieprawda. Często jest to prawda wyrwana z całości, użyta tak, by sterować odbiorcą, jego zachowaniem, jego celami, jego działaniem.

We współczesności:

Tworzenie fałszywej narracji o drugim lub o sobie.

Albo:

Zamiana prawdy w narzędzie kontroli.

To przykazanie nie jest o moralnej poprawności. Jest o odpowiedzialności za wpływ, jaki mamy przez słowo, obraz i milczenie. Dziś manipulując fałszywym świadectwem i obrazem tworzymy zniszczenie bez

kłamstwa. Dzisiaj rzadko możemy kłamać wprost.

Dopuszczamy się innej formy kłamstwa gdy:

- wybieramy fragmenty,
- pomijamy kontekst,
- akcentujemy to, co wygodne,
- przemilczamy to, co niewygodne.

Fałszywe świadectwo rodzi się tam, gdzie:

- prawda przestaje służyć rzeczywistości, a zaczyna służyć interesom naszego ego. Można mówić same fakty i jednocześnie zafałszować ich sens. Narracja może służyć iluzji naszej władzy nad innym człowiekiem, ale również może być wykorzystywana do tworzenia obrazu samego siebie – w pojęciu grzechu – tego fałszywego obrazu z pominięciem prawdy. Nakładamy na swoje twarze maski, maskami przyodziewamy innych – to jest ten czyn. Ten, kto kontroluje narrację:

- kontroluje emocje,
- kontroluje opinię,
- kontroluje relacje.

W relacjach osobistych fałszywe świadectwo pojawia się, gdy:

- opowiadamy o kimś tak, by się usprawiedliwić,

- opowiadamy o kimś (plotkujemy) by odwrócić uwagę innych lub co gorsza swoją od swojego cienia i swojego grzechu,

- przedstawiamy siebie jako ofiarę, nie widząc własnego udziału,

- budujemy koalicje przeciwko komuś,

- „opowiadamy historię”, zanim ją przeżyjemy do końca.

Fałszywa narracja zawsze kogoś rani. Najczęściej tego nieobecnego. Media i autoprezentacja w nich obficie dostępna w komputerach i telefonach, jest miejscem, w którym świat mediów społecznościowych systemowo ukazuje łamanie ósmego przykazania. Nie przez jedno kłamstwo, lecz przez ciągłe budowanie wizerunku. W jakim celu? Zdobywania „lajków”, „atencji”, „podziwu”, „zachwyty” – potrzebujemy tego lecz ich intensywność uzależniająca zaczyna w nas karmić nasze ego, karmiąc narcystyczną część ukrytą w każdym z nas. Nieświadomie budujemy w nas próżność – pustkę, która z czasem nas zniszczy. Media społecznościowe nie pokazują całej naszej drogi, są miejscem w którym pokazujemy:

- tylko wybrane momenty,

- sprzedajemy „swoją inną wersję” zamiast dawać prawdziwego siebie,
- porównujemy cudze kulisy do własnej sceny,
- żyjemy pod reakcje, nie pod prawdę,
- stajemy się aktorami,
- innych traktujemy jako publiczność dla karmienia własnego ego,
- powstaje rzeczywistość równoległa. Ładna. Spójna. I często nieprawdziwa. Fałszywe świadectwo nie musi już nikogo oczerniać. Wystarczy, że zacznie zniekształcać obraz życia – naszego życia dla karmienia ego. To subtelna manipulacja. A najgroźniejsza manipulacja nie polega na kłamstwie. Lecz polega na:
 - odpowiednim doborze słów,
 - sugestii zamiast faktu,
 - emocji zamiast treści,
 - obrazu zamiast doświadczenia,
 - tworzeniu teatru z własnych chwil.

Człowiek zmanipulowany często nie czuje się oszukany. Czuje się przekonany. Ów ósme przykazanie chroni więc nie tylko przed kłamstwem, ale przed nadużyciem wpływu.

Perspektywa duchowa - Ojciec Pio

Ojciec Pio wiedział, że największym zagrożeniem dla duszy jest rozdźwięk między tym, co wewnątrz, a tym, co na zewnątrz. Nie ufał słowom bez życia. Nie ufał pobożności bez prawdy. Wyganiał ze świątyni tych, w których widział zakłamanie i fałsz ukryty pod maską pobożności – i w sposób prawdziwy wzywał ich do zrobienia porządku najpierw z sobą samym.

W tej perspektywie:

- fałszywe świadectwo to życie w roli, w teatrze, w masce,
- a prawda to spójność serca, słowa i czynu. One muszą być synchroniczne, połączone, Kiedy człowiek przestaje żyć w prawdzie,
- zaczyna grać prawdę. A to kłamstwo.

Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung

Carl Gustav Jung nazwałby to dominacją Persony nad Jaźnią.

Persona (MASKA) chce:

- akceptacji,
- podziwu,
- spójnego obrazu.

Jaźń chce:

- prawdy,
- integracji,
- całości.

Gdy Persona przejmuje władzę, człowiek zaczyna wierzyć we własną narrację. A wtedy fałszywe świadectwo przestaje być kłamstwem. Staje się iluzoryczną tożsamością zbudowaną na zakłamaniu i fałszu. Dając fałszywe świadectwo łamiemy to przykazanie gdy:

- tłumaczymy własne wybory cudzymi winami,
- opowiadamy historię, w której zawsze mamy rację,
- unikamy odpowiedzialności przez dobraną teatralną narrację,
- nie dopuszczamy do siebie faktów, które burzą obraz siebie, zatykamy uszy na dialog z innymi w prawdzie.

Człowiek okłamujący siebie nie potrzebuje już okłamywać innych. Gdy ósme przykazanie zaczyna w nas żyć:

- słowa stają się prostsze,
- narracje mniej efektowne,
- obrazy mniej wystylizowane,

- relacje bardziej prawdziwe.

Człowiek zaczyna pytać: „Czy to, co mówię i pokazuję, przybliża do prawdy, czy tylko do mnie?”
Prawda nie zawsze jest wygodna. Ale zawsze jest wyzwalająca. Zawsze leczy. Nie każda opowieść, która dobrze brzmi, jest prawdziwa.

Pytanie na ciszę

Jaką historię o sobie opowiadałam i co by się stało, gdybym przestał ją podtrzymywać?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, kim jesteś, gdy nikt nie patrzy i nikt nie reaguje.

[illegible]

IX Nie pożądaj żony bliźniego swego

(Rozważanie o porównywaniu się, zazdrości i iluzji cudzego życia)

Dziewiąte przykazanie może być słyszane jak zakaz pragnienia. A ono nie zakazuje pragnienia. Ono ostrzega przed pragnieniem, które nie ma zakorzenienia w prawdzie i miłości. Bo pożądanie cudzej „żony” - w dzisiejszym języku - to nie tylko kwestia relacji. To mechanizm psychiczny:

- wychodzenie z własnego życia, żeby zamieszkać w cudzym.

Nie pyta: „czy ktoś Ci się podoba?” Pyta: „czy porzuciłeś siebie, bo uwierzyłeś w cudzą iluzję?”

We współczesności:

Nie przenoś swojego pragnienia na cudze życie.

Albo:

Nie porównuj się tak, jakby cudze było pełnią, a Twoje brakiem.

To przykazanie jest o powrocie do siebie. Bo zazdrość zawsze zaczyna się tam, gdzie człowiek przestaje być u siebie. Do pożądania i zdrady prowadzi iluzja cudzego życia w szczęściu i chęć korzystania z niego. Współczesny świat nauczył człowieka oglądać życie jak ogląda się film. Konsekwencją tego jest mylenie filmu z prawdą. W mediach społecznościowych widzisz film:

- kadry,
- uśmiechy,
- sukcesy,
- piękne relacje,
- atrakcyjnych ludzi.

Nie widzisz:

- nudy,
- lęku,
- konfliktów,
- ciszy po kłótni,
- samotności w związku,
- ceny, jaką ktoś płaci za swój obraz.

Zazdrość rodzi się z porównania: Twojej codzienności do czyjejś sceny. To nie jest uczciwe zestawienie. To jest złudzenie, kolejna iluzja. A porównując siebie tracimy

siebie. Porównywanie się, nie jest niewinną myślą. Jest formą wyjścia z własnego życia. Gdy porównujemy się długo:

- nasze przestaje być warte,
- cudze zaczyna błyszczeć,
- a pragnienie przestaje być pragnieniem rozwoju, staje się pragnieniem ucieczki w cudzą rzeczywistość.

Dziewiąte przykazanie mówi wprost: nie uciekaj z własnej drogi tylko dlatego, że cudza wygląda jaśniej. Zazdrość sama w sobie jest sygnałem. Ona mówi:

- „brakuje mi”
- „tęsknię”
- „chcę czegoś, czego nie mam”
- „nie czuję się wybrany”
- „nie czuję się wystarczający”

Problem zaczyna się wtedy, gdy zamiast słuchać tej informacji, zaczynamy szukać winnego albo obiektu, który ma „uratować”. Wtedy pragnienie staje się roszczeniem. W relacjach dziewiąte przykazanie łamie się często dość subtelnie:

- przez karmienie fantazji o kims innym,
- przez porównywanie partnera do ideałów,

- przez życie w „a gdyby...”.

To nie jest jeszcze zdrada w czynie. To zdrada obecności. A Partner czuje to pierwszy. Nawet jeśli nigdy o tym nie powiesz. Bo człowiek nie zdradza tylko ciałem. Zdradza tym, że przestaje być wewnętrznie obecny.

Perspektywa duchowa – Ojciec Pio

Ojciec Pio powiedziałby, że zazdrość jest raną pokory. Nie dlatego, że człowiek jest „zły”. Dlatego, że przestaje ufać, iż jego życie ma sens.

Zazdrość rodzi się wtedy, gdy:

- wdzięczność gaśnie,
- serce przestaje widzieć dary,
- a człowiek zaczyna wierzyć, że Bóg pominął go w rozdziale łaski. Dziewiąte przykazanie jest więc wezwaniem: wróć do wdzięczności, bo ona przywraca wzrok.

Perspektywa psychologiczna – C. G. Jung

Carl Gustav Jung widziałby w tym mechanizm projekcji. Człowiek pożąda w innych często tego, co w nim samym niezintegrowane, zablokowane, zaniedbane. Pożądanie cudzej relacji bywa projekcją tęsknoty za własną pełnią.

Tak, mężczyzna z ukrytym brakiem poczucia własnej wartości i kompleksami będzie zdobywał „nowe” ofiary tylko po to by ich kosztem podbudować własne ego bo pożądam i zdobywając cudzą żonę iluzorycznie postrzega siebie jako „pełnowartościowego, a nawet lepszego od - tamtego męża”. To wynik nieświadomych kompleksów. Zazdrość mówi: „on/ona ma to, czego ja nie mam”. Psychika odpowiada: „to jest część Ciebie, której jeszcze nie odzyskałeś”. Dziewiąte przykazanie gdy jest rozumiane chroni przed projekcją, która niszczy relacje i tożsamość. Największym antidotum na dziewiąte przykazanie nie jest kontrola pragnień, ale zagłębienie się w swoim życiu, doświadczeniach, poznaniu siebie w Prawdzie.

Być u siebie znaczy:

- znać swoją drogę,
- czuć własne wartości,
- nie budować tożsamości na porównaniu,
- widzieć drugiego człowieka jako człowieka, nie jako obietnicę zbawienia,
- mieć poczucie własnej wartości dla której budowania nie potrzebuję niszczyć innych.

Gdy jesteś u siebie, cudze szczęście nie jest zagrożeniem.

Jest po prostu czyimś szczęściem.

Gdy dziewiąte przykazanie zaczyna żyć:

- porównywanie się, słabnie,
- zazdrość staje się informacją, nie przymusem,
- pragnienie wraca do Twojej ścieżki,
- relacje odzyskują lojalność serca.

Człowiek zaczyna pytać: „Co we mnie domaga się życia, skoro tak mnie pociąga cudze?” I to pytanie jest już drogą powrotu.

Cudze życie wygląda jak odpowiedź, kiedy nie słyszymy własnego pytania.

Pytanie na ciszę

Gdzie uciekam w cudze, bo nie umiem być w swoim?

Dlaczego tak robię?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, co w Tobie boli, gdy widzisz cudze szczęście.

Tam jest miejsce, które potrzebuje prawdy, nie porównania.

[illegible]

X Ani żadnej rzeczy, która należy do bliźniego twego

(Rozważanie o braku, chciwości i wiecznym „jeszcze”)

Dziesiąte przykazanie zamyka Dekalog, bo dotyczy źródła wszystkich pozostałych naruszeń. Nie mówi o czynach. Mówi o wewnętrznym napięciu, które sprawia, że człowiek nigdy nie ma dość. To przykazanie nie pyta: „co robisz?” Pyta: „dlaczego wciąż nie czujesz, że wystarcza Ci?”

We współczesności:

Nie buduj swojego życia na cudzym posiadaniu.

Albo:

Nie myl pragnienia rozwoju z głodem porównania.

Dziesiąte przykazanie nie potępia pragnień. Chroni przed pragnieniem, które zjada spokój. To wieczne „chcę jeszcze” Współczesny świat karmi człowieka jednym słowem:

- jeszcze. Jeszcze:
- więcej pieniędzy,
- lepsze ciało,
- ciekawsze życie,

- inny partner,
- wyższy status,
- większy zasięg.

Problem nie polega na ambicji. Problem polega na tym, że „jeszcze” nigdy się nie kończy. Człowiek, który żyje w „jeszcze”, nie mieszka w swoim życiu. Mieszka w projekcji. Konsumpcja jest dziś substytutem sensu życia i człowieka, lecz jest również iluzją szczęścia. Dziesiąte przykazanie demaskuje iluzję: „posiadanie uleczy Twój brak”. Kupujemy, gromadzimy, porównujemy się, bo próbujemy wypełnić coś, co nie jest materialne. Gdy jest brak sensu, rzeczy stają się obietnicą ukojenia. Ale rzeczy nie koją. One tylko odwracają uwagę. Dzisiaj pożądamy nie tyle rzeczy,

- co czyjegoś życia.
- ich spokoju.
- ich relacji.
- ich domu.
- tamtego, ich stylu życia.

Porównywanie statusu jest nową formą niewoli: ciągle wiesz, gdzie jesteś ale zawsze za kimś. Dziesiąte

przykazanie mówi wprost: nie buduj swojej wartości na cudzym wyniku.

Perspektywa duchowa – Ojciec Pio

Ojciec Pio widział chciwość nie jako grzech posiadania, lecz jako brak zaufania do sensu własnej drogi. Człowiek pożądamy cudzych rzeczy często w głębi serca myśli: „dla mnie zabraknie”.

Poznanie wartości dziesiątego przykazania przywraca zaufanie: że życie nie jest konkursem o zasoby, lecz drogą, w której każdy ma swoje miejsce.

Perspektywa psychologiczna C. G. Jung

Carl Gustav Jung powiedziałby, że pożądamy cudzych rzeczy jest projekcją niezintegrowanego braku. Gdy człowiek nie zna swojej wartości, szuka jej w przedmiotach, statusie, wizerunku. Im więcej projektujemy na zewnątrz, tym mniej mamy kontaktu z własnym wnętrzem. Dziesiąte przykazanie jest więc zaproszeniem do integracji odczucia - „wystarczam”.

Zazdrość o rzeczy bywa cichsza niż zazdrość o relacje, ale równie destrukcyjna, bo:

- zatruwa wdzięczność,

- osłabia radość,
- podważa sens wysiłku.

Człowiek, który nie umie cieszyć się tym, co ma, nie będzie umiał cieszyć się tym, co zdobędzie. Dziesiąte przykazanie nie mówi: „nie chciej więcej”. Mówi: „naucz się rozpoznawać moment, w którym jest dość”.

- „Dość” nie oznacza stagnacji. Oznacza zakorzenienie. Gdy wiesz, gdzie jest „dość”: rozwój przestaje być ucieczką, ambicja przestaje być kompensacją, życie przestaje być wyścigiem.

Gdy dziesiąte przykazanie zaczyna żyć:

- porównywanie traci władzę,
- wdzięczność wraca,
- pragnienia porządkują się,
- spokój przestaje zależeć od posiadania.

Człowiek zaczyna pytać: „Czy to, czego chcę, naprawdę jest moje - czy jest tylko podpatrzone?” I to pytanie zmienia wszystko. Ponieważ nie wszystko, czego pragniesz, jest Ci potrzebne.

Pytanie na ciszę

Gdzie w moim życiu „jeszcze” zastąpiło „dość”?

Nie odpowiadaj od razu.

Zobacz, co by się stało, gdybyś przestał porównywać. Być może odkryłbyś, że już jesteś u siebie.

[illegible]

Cisza - lekarstwo

Lekarstwem na działania destrukcyjne nie jest większa kontrola. Nie jest nim także strach przed konsekwencjami. Lekarstwem jest refleksja. A refleksja rodzi się tylko tam, gdzie jest cisza. Człowiek nie widzi skutków swoich działań nie dlatego, że nie myśli. Nie widzi ich, bo nie ma przestrzeni, by je zobaczyć. A tą przestrzenią jest Cisza. Cisza to:

- bycie samemu ze sobą,
- bycie w prawdzie,
- bycie bez używek, które zaburzają analizę i myśl, a bycie samemu ze sobą w Prawdzie nie jest izolacją. Jest powrotem. Bo w ciszy:

- przestają działać mechanizmy obronne,
- opadają narracje,
- milkną usprawiedliwienia,
- myśli zaczynają układać się w ciąg przyczyn i skutków.

Dopiero wtedy człowiek zaczyna widzieć w Prawdzie:

- co robi, (analizuje czyn)
- dlaczego to robi, (rozpoznaje przyczynę)
- dokąd to prowadzi (analizuje konsekwencje)

Bez ciszy nie ma świadomości. Jest tylko reakcja. W prawidłowym procesie jest:

1. Doświadczenie
2. Analiza - refleksja
3. Reakcja.

Podejmowanie reakcji bez refleksji jest działaniem w braku. Jest iluzją dobra i rozsądku. Jedną z form autorefleksji jest modlitwa. Ona nie musi mieć formy zapisanej w książeczce. Czasem nie musi mieć nawet słów. Może być wewnętrzną myślą, spotkaniem w swoim sercu i sumieniu, spotkaniem w Prawdzie. W najgłębszym sennie modlitwa duszy – jaźni jest:

- zatrzymaniem,
- szczerym spojrzeniem na siebie w Prawdzie,
- dopuszczeniem Prawdy do głosu,
- gotowością, by zobaczyć siebie bez ucieczki.

Każda myśl, która prowadzi do uczciwego pytania:

- „Co to ze mną robi?”
- „Jakie to ma skutki?”
- „Czy to mnie buduje, czy niszczy?” - ta myśl też jest już formą modlitwy. Bo jest aktem odpowiedzialności za siebie.

Prawo Naturalne i Dekalog

Prawo naturalne nie jest zbiorem przepisów. Jest zdolnością rozróżniania:

- tego, co prowadzi do życia, wzrostu i rozwoju, od tego, co prowadzi do rozpadu, autodestrukcji i destrukcji.

Jest to wewnętrzna zdolność każdego człowieka, która jest w nim zapisana, a którą zagłuszamy, niszczymy w sobie poprzez chaos, używki, robienie wszystkiego by nie być samemu ze sobą. To właśnie w sercu człowieka zapisane jest prawo naturalne. Nie jako zbiór nakazów, lecz jako wewnętrzne rozeznanie tego, co chroni życie, a co je niszczy. Sumienie jest przestrzenią ochrony. Niekiedy odbieramy je jako oskarżyciela. Nie. Sumienie jest mechanizmem ochronnym człowieka. Jego celem nie jest wzbudzanie lęku, lecz zatrzymanie przed krzywdą:

- przed krzywdą wobec siebie,
- przed krzywdą wobec drugiego,
- przed utratą własnej integralności.

Gdy sumienie milknie, człowiek nie staje się wolny. Staje się bezbronny wobec zła, wobec zniszczenia samego siebie i innych. Prawo naturalne jest zapisane w

człowieku Jest wpisane w strukturę człowieczeństwa.

Objawia się jako:

- niepokój, gdy przekraczamy granice,
- utrata pokoju, gdy zdradzamy siebie,
- wewnętrzny sprzeciw wobec działań destrukcyjnych,
- ciche: „to nie jest dobre”, zanim pojawi się konsekwencja.

Dekalog nie tworzy tego prawa. On je nazywa. On jest jego częścią. Dekalog nadaje język temu, co człowiek już nosi w sobie nawet jeśli przez hałas świata przestał to słyszeć. Cisza jest warunkiem słyszenia. Serce i sumienie nie krzyczą. One mówią szeptem. Dlatego potrzebują ciszy. Nie tej wymuszonej, lecz tej wybranej, świadomej, gdy człowiek przestaje uciekać od siebie. Bo w ciszy:

- prawo naturalne odzyskuje głos,
- sumienie przestaje być zagłuszane,
- modlitwa staje się spotkaniem, a nie obowiązkiem.

Cisza jest dziś aktem odwagi. Odwagi, by:

- zobaczyć siebie bez masek,
- uznać skutki własnych wyborów,
- wrócić do tego, co chroni życie.

Każda chwila uczciwej refleksji, w której człowiek pyta:

„Czy to mnie buduje, czy niszczy?” i to jest już pierwszym krokiem ku dobru.

Dekalog w tym sensie nie narzuca myśli. On porządkuje refleksję. Nie mówi: „masz tak myśleć”.

Mówi: *„zatrzymaj się i zobacz, do czego to prowadzi”*.

Spojrzenie na Dekalog w perspektywie „efektu końcowego naszych działań” daje nam możliwość na nowo odkrywać jego wartość i znaczenie, które pomimo archaicznego dla niektórych języka jest ponadczasowe. A refleksja oparta na Dekalogu:

- nie potępia,
- nie moralizuje,
- nie straszy.

Ona budzi świadomość skutków. A świadomość jest początkiem zmiany, z reguły tej dobrej zmiany. Ta zmiana nie zaczyna się od świadomości i podjęcia decyzji drogi.

Zmiana zaczyna się od zobaczenia, uświadomienia sobie i poznania swojego cienia, swoich słabości – poznając je, rozumiejąc ich fundament łatwiej jest przestać niszczyć siebie nie wtedy, gdy się przestraszy, ale wtedy, gdy zrozumie ciąg przyczyn i skutków.

Cisza → refleksja → świadomość → odpowiedzialność.

To jest najprostsza i zarazem najtrudniejsza droga. Cisza nie jest ucieczką od życia. Cisza jest drogą:

- ku lepszemu,
- ku poznaniu,
- ku rozpoznaniu,
- ku wzrastaniu,
- ku wyjściu z chaosu i ciemności.

Gdy otula nas Cisza, rozpoznajemy dokąd życie naprawdę nas prowadzi.

Bóg jako Kto?

Ojciec? Tata? Stwórca? Pierwsza Przyczyna wszystkiego stworzenia?

Jestem świadomy, że słowa zapisane w tej publikacji mogą budzić zdziwienie, a może nawet sprzeciw - zwłaszcza wśród tych, którzy przywykli do obrazu Boga przede wszystkim jako Sędziego. W Głównych Prawdach Wiary słyszymy, że „Bóg jest Sędzią Sprawiedliwym, który za dobro wynagradza, a za zło karze”. Nie neguję tej formuły. Ale zadaję sobie otwarte pytanie: czy to jest najgłębszy obraz Boga, jaki zostawił Chrystus?

On objawił Ojca, nie system kar. W Nowym Testamencie Jezus Chrystus nie objawia Boga jako groźnego, karzącego strażnika porządku moralnego, lecz jako Ojca. Ojca, który:

- kocha wcześniej, zanim człowiek się poprawi,
- czeka, zanim człowiek się nawróci,
- nie warunkuje miłości zachowaniem.

Święta Faustyna Kowalska mówiła o Bożym Miłosierdziu nie jako o „nagrodzie”, lecz jako o Naturze Boga, a Jego.

Więc jeśli Bóg jest Miłością, to nie może być jednocześnie kimś, kto czyha, by karać, bo Miłość:

- nie czyha,
- Miłość czeka, czeka na powrót do Niej.

Kara nie jest intencją Miłości, nie jest intencją Boga, kara jest skutkiem wypływającym z konsekwencji niszczących wyborów. W moim rozumieniu Miłości - Bóg nie karze człowieka w sensie aktywnego zadawania cierpienia, a tak wielu z nas odczytuje jeden z zapisów Głównych Prawd Wiary. To człowiek karze siebie sam, wchodząc w procesy destrukcyjne:

- przez „nieświadome w konsekwencji” wybory,
- przez życie w oddzieleniu od Prawdy,
- przez zdradę siebie,
- przez niszczenie relacji.

Zło nie potrzebuje Boskiej ręki, by ranić. Ono niesie konsekwencje w sobie. A konsekwencją zła jest cierpienie, które właśnie przychodzi po złych wyborach. Cierpieniem jest:

- rozpad relacji,
- pustka,
- utrata sensu,

- chaos wewnętrzny,
 - poczucie beznadziejności i pustki – to konsekwencja zła,
- To nie jest zemsta Boga. To konsekwencja, która jest językiem rzeczywistości, a ta rzeczywistość ma jedno zadanie:
- obudzić do powrotu.

Przypowieść, która wszystko wyjaśnia w pojęciu Miłości

Chrystus opowiedział przypowieść o synu marnotrawnym nie bez powodu.

Ojciec:

- nie biegnie za synem, by go ukarać,
- nie rozlicza go po powrocie,
- nie wypomina strat.

Ojciec czeka. To syn:

- doświadcza głodu,
- doświadcza upokorzenia,
- doświadcza konsekwencji własnych wyborów.

I właśnie te konsekwencje budzą w nim świadomość. To ten schemat z którym się spotykamy w życiu.

- Ojciec nie jest źródłem cierpienia.
- Ojciec jest miejscem powrotu.

Bóg jest sprawiedliwy, nie dlatego, że równoważy nagrody i kary.

Jest sprawiedliwy, bo:

- nigdy nie przestaje kochać,
- nigdy nie cofa miłości,
- nigdy nie zamyka drzwi.

Sprawiedliwość Boga polega na tym, że nie zniewala człowieka nawet swoją miłością. Z miłości pozwala mu odejść, skorzystać z wolności jaką daje wolna wola, pozwala zbłądzić. I czeka, aż wróci świadomy syn.

Zatem Dekalog nie postrzegam jako systemem ułożony pod kary, lecz w moim rozumieniu jest on naszym systemem ochronnym jeśli go zrozumiemy i zsynchronizujemy z dzisiejszą rzeczywistością i dzisiejszymi zagrożeniami.

Nie mówi:

- „Jeśli to zrobisz, Bóg cię ukarze.”

Mówi:

- „Jeśli to zrobisz, zranisz siebie.”

Bóg nie musi karać. Jedynie rzeczywistość robi to sama jako konsekwencję naszych wyborów.

Moje doświadczenie odważnie dziś powie, że Bóg nie
karze człowieka za zło. Bóg pozwala człowiekowi
doświadczyć skutków zła by wrócić.

Grzech i „nieświadomość” - dwa języki tej samej destrukcji

W Teologii katolickiej mówimy o grzechu. W psychologii głębi mówimy o działaniach „nieświadomych”. Na poziomie języka są to dwa różne pojęcia. Na poziomie doświadczenia - dotyczą tego samego zjawiska. Zarówno grzech, jak i działanie „nieświadome” prowadzą do:

- rozszczepienia wewnętrznego,
- utraty kontaktu z prawdą o sobie,
- niszczenia relacji,
- oddalenia od tego, kim człowiek naprawdę jest. Grzech = autodestrukcja.

Grzech to moment, w którym:

- człowiek przestaje słuchać sumienia,
- odcina się od Prawdy,
- wybiera iluzję zamiast rzeczywistości,
- ego przejmuje władzę nad sensem.

Nie jest to tylko „wina wobec Boga”. Jest to krzywda również wobec samego siebie, która nieuchronnie rozlewa się na innych.

Psychologia głębi mówi: człowiek działa „nieświadomie”,
gdy:

- nie zna swoich mechanizmów,
- wypiera cień,
- projektuje własne rany na innych,
- powtarza schematy, których nie rozumie.

Skutek jest ten sam:

- destrukcja relacji,
- cierpienie,
- chaos wewnętrzny,
- życie w masce zamiast w prawdzie (życie w kłamstwie)

To, co Teologia nazywa grzechem, psychologia nazywa brakiem integracji. Ale ból, który z tego wynika, jest identyczny, a efekt jest ten sam. Dlatego też między tymi pojęciami dostrzegam równość sensu, a nie sprzeczność.

- Grzech = życie w oddzieleniu od Prawdy, a Bóg jest Prawdą.

- Nieświadomość = życie w oddzieleniu od Jaźni, a więc również od Prawdy.

I jedno, i drugie prowadzi do zła, nie dlatego, że człowiek „chce być zły”, ale dlatego, że nie widzi, i nie dostrzega

konsekwencji czynów. A nią jest krzywda wobec siebie i wobec innych. Najważniejsze jest to, że:

- grzech nie niszczy tylko „duszy”,
- a nieświadomość nie niszczy tylko „psychiki”.

Oba alfabety pokazują zniszczenie relacji: z Bogiem, z samym sobą i z innymi.

To nie są abstrakcyjne zakazy. To konsekwencje zapisane z wyprzedzeniem. A On, Dekalog, nie jest dla doskonałych. Bo świadomość nie polega na tym, że nigdy nie upadamy. Lecz polega na tym, że wiemy, gdzie upadliśmy i potrafimy ponieść się i wrócić.

Spis treści

Od autora	2
Wstęp	4
Dwa języki, jedno doświadczenie	7
I. „Nie będziesz miał bogów cudzych przede Mną”	14
Perspektywa duchowa – Ojciec Pio	15
Perspektywa psychologiczna – C. G. Jung	16
Pytanie kończące rozważanie	19
Perspektywa duchowa – Ojciec Pio	22
Pytanie na ciszę	25
III Pamiętaj, abyś dzień święty święcił	26
Perspektywa duchowa - Ojciec Pio	28
Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung	28
Pytanie na ciszę	34
IV Czcij ojca swego i matkę swoją	35
Perspektywa duchowa - Ojciec Pio	38
Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung	39
Pytanie na ciszę	42
V Nie zabijaj	43
Perspektywa duchowa - Ojciec Pio	45
Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung	46

Pytanie na ciszę	48
VI Nie cudzołóż.....	49
Perspektywa duchowa – Ojciec Pio.....	52
Perspektywa psychologiczna -C. G. Jung	53
Pytanie na ciszę	55
VII Nie kradnij.....	56
Perspektywa duchowa - Ojciec Pio	59
Perspektywa psychologiczna – C. G. Jung	59
Pytanie na ciszę	64
VIII Nie mów fałszywego świadectwa	65
Perspektywa duchowa - Ojciec Pio	69
Perspektywa psychologiczna - C. G. Jung	69
Pytanie na ciszę	72
IX Nie pożądaj żony bliźniego swego.....	73
Perspektywa duchowa – Ojciec Pio.....	76
Perspektywa psychologiczna – C. G. Jung	76
Pytanie na ciszę	79
X Ani żadnej rzeczy, która należy do bliźniego twego....	80
Perspektywa duchowa – Ojciec Pio.....	82
Perspektywa psychologiczna C. G. Jung	82

Pytanie na ciszę	84
Cisza - lekarstwo	85
Prawo Naturalne i Dekalog.....	87
Bóg jako Kto?	91
Przypowieść, która wszystko wyjaśnia w pojęciu Miłości.....	93
Grzech i „nieświadomość” - dwa języki tej samej destrukcji.....	96