**JAK STANĄĆ W PRAWDZIE?**

**I**

**To Bóg mnie uzdalnia**

**Stawanie w prawdzie** dokonuje się, kiedy Bóg kieruje Słowo w nas, kiedy nasze *ego* jest zamknięte. Mam już nie zabiegać o to, co mnie stanowi, o to, by się wybarwić, udawać kogoś, kim nie jestem. Jeśli staję w prawdzie, to nic mi do tego, „odpierwiastkowałem” się od myśli, że coś muszę, że tak to powinno być. Nie ma mnie samego, więc pozwalam Bogu, by mną dysponował. Zezwalając Bogu na zarządzanie mną, ja wewnątrz siebie samego uwalniam Ducha Bożego, toteż ten Duch Boży we mnie czyni wszystko to, co On chce. Czyli uzdalnia mnie, nie dla samego mnie, tylko dla samego Siebie. Dla Siebie mnie uzdalnia, bo On mnie stworzył dla Siebie jako Swoje narzędzie. Bóg - Duch Święty posługuje się moją osobą do wypełniania woli Boga. Dając siebie drugiemu, czynię czystą miłość. Postawa ta jednak wymaga nieustannej kontroli nad sobą, by nie wkradał się egoizm, pycha, postawa, że JA to powiedziałem- przecież nic mi do tego; mam dbać, by nie pojawiło się przypisanie mojemu organizmowi, mojemu ciału zasług. W pełni oddaję chwałę Bogu, używając słów: **Tak i wy mówcie, gdy wykonacie wszystkie dane wam nakazy: Jesteśmy sługami bezużytecznymi. Wykonaliśmy to, co było do wykonania jako nasz obowiązek.**(Łk 17,10 Z przekładu Biblii Pierwszego Kościoła )

 Bóg- Duch Święty sam będzie uzdalniał mnie jako osobę poddaną do wykonania wszystkich czynności w sposób dokładny, właściwy i na miejscu. Uzdalnia mnie nawet w doświadczeniach, np. chorobą, trudnościami- dostaję uzdolnienia niepłynące ode mnie samego, zrobię coś, czego bym do tej pory nie zrobił, ale z miłością. Z miłością będę mógł napomnieć- najpierw samego siebie, a nawet będę miał sposobność, by napomnieć drugą osobę. Nawet w kryzysach będę miał pokój i wiedział, co należy zrobić. Ale tylko na tu i teraz, nie na przyszłość przepowiadaną.

Jeżeli porzucisz to, że coś musisz, że coś powinieneś, a będziesz służył drugiemu, to uczynisz to z radością. Nawet największe nasze zmęczenie, gdy Bóg nas o coś prosi, odejdzie, bo Bóg daje siły ciała i ducha do wykonania zadania. Słowo Boga wpada w nas, Siewca rzuca ziarno i to przynosi owoc. **Wykonaliśmy to, co było do wykonania jako nasz obowiązek**. To czyny są owocem. Owocem jest wykonywanie tego, co Bóg nami dysponuje przez nas, dając się drugiemu bezinteresownie. Gruntem, ziemią przygotowaną jest rezygnacja z mojego ego. Bóg w nas taki jest czynny, że dysponuje naszą uległością, by ujawniła się w nas Jego Mądrość i rozlała Jego Miłość. My dysponujemy Bożym Słowem, ale to Bóg kieruje Słowo w nas. I to się staje ewangeliczne. Im bardziej jestem uległy Słowu Bożemu, im mniej jest we mnie wpatrywania się w siebie, tym plon jest obfitszy- trzydziestokrotny, sześćdziesięciokrotny, a nawet stukrotny.

**II**

 **Kiedy jestem autentyczny?**

**Stawanie w prawdzie oznacza poznanie siebie** przez pryzmat moich usprawiedliwień, pokazywania siebie „lepiej”- żebym wypadł „lepiej” w oczach innych, niż to jest w rzeczywistości. Żyję wtedy na pokaz. Chciałbym, by mnie postrzegano inaczej, a tak przecież nie jest. Na przykład: na co dzień jestem nieogarnięty, jestem niechlujny w domu, a gdy ktoś chce mnie odwiedzić, to muszę się przygotować, wiele rzeczy poprawić, żeby ktoś mnie nie zobaczył w takim stanie, nie pomyślał, źle nie ocenił.

W sytuacji choroby może mi się czegoś nie chcieć, ale jeśli mam tak zawsze, to jest to już charakterystyczne dla mnie postępowanie. A w tym postępowaniu coś mnie stanowi- **to moja autentyczność**. Jeśli stwierdzam, że sobie z czymś nie radzę, mówię: *„tak, nie radzę sobie*”- i to nie działa jako przytyk do samego siebie, ale jako prawda, która mnie stanowi. Usłyszę jednak od kogoś w pewnej sytuacji, że ja to sobie radzę świetnie. Jest wtedy pytanie, czy będę udawać i potwierdzać to, że tak jest, jak ktoś mówi, pomimo, że sytuacja jest odmienna? czy będę chciał „się pokazać”? czy odpowiem z dystansem, bez pychy: „dziękuję uprzejmie” i moje intencje ani myśli nie pójdą w kierunku udawania, kłamstwa?

**To, co mnie stanowi, ma odzwierciedlenie w faktach**. Poznanie siebie samego wymaga, żebym dotarł do źródła. Fakty o mnie czynią mnie takim, jakim jestem naprawdę, bez poczucia wstydu.

Wyobraź sobie taką scenkę: Oto pewien człowiek. Jest dyslektykiem, ma problem z płynnym czytaniem, lecz grupa, w której się znalazł, o tym nie wie. Ma przed sobą książkę, a w niej tekst, który zna na pamięć. „Czyta”, ale tak naprawdę mówi z pamięci, odpowiednio intonując i modulując głos. Po zakończeniu słyszy komplement: „ten to dopiero czyta!”. Człowiek ten nie potwierdził i nie zaprzeczył. Bo komplement ten był miły dla jego uszu i karmił jego ego. Stajesz w prawdzie, pomyśl: czym się chwalę? W jaki sposób mówię? co bym chciał, aby było, a takie nie jest w moim życiu, ale ja mówię, jakby już tak było? Gdzie koloryzuję? Gdzie się chcę pokazać od jak najlepszej strony, gdzie zabiegam o to? Gdzie tak postępuję, aby mnie lubiano, by mi dano szansę, by mnie nie odrzucono? To są fakty o mnie. Chodzi o ujawnienie intencji- czy postępuję z manipulacją czy bez manipulacji. To jest czyste stawanie w prawdzie.

**Ktoś coś powiedział pod moim adresem**. Uznaję we wszystkim: w myślach, słowach, czynach, że w słowach usłyszanych od drugiej osoby jest prawda o mnie samym. Przyjmuję tę informację jako prawdziwą. Dopasowuję do siebie, nie usprawiedliwiając moich czynów (jeśli wejdę w usprawiedliwienia, będę się wypierać, to oznacza, że nie przyjmuję tego). Mam je przyjąć. Słowa, które usłyszałem o sobie, mają odcisnąć piętno autentycznej prawdy o mnie.

**Jeżeli to była pochwała**, to we mnie samym ma odbyć się badanie siebie. Rozpoznajesz sytuację: przecież tak nie jest! Jeśli powiesz: *fajnie, dzięki!* – to jest to kłamstwo. Powiedz: *dziękuję Ci za to*. Przed sobą samym przyznaj: to nieprawda, fajnie by było, gdybym tak miał, ale taki nie jestem, choć mam chęć takim być. W to miejsce zapraszam Boga, aby to uregulował. Godzę się z tym, że zmienić tego nie mogę (jak wspomniany dyslektyk z czasem pogodził się z tym, że nie nabędzie umiejętności czytania) i to czyni mnie autentycznym. To, czego nie można zmienić, trzeba przyjąć takim, jakie jest. Mam nie udowadniać sobie, że teraz będę idealny, bo nie będę. Jeśli mam źle złożoną nogę przez chirurga, to nigdy nie będzie w pełni sprawna. Moja dysfunkcja mnie stanowi. Czyni mnie autentycznym, prawdziwym- już bez wstydu.

**A jeśli ktoś prześmiewczo odniesie się do mojej słabości?** Należy zbadać swoją reakcję. Dlaczego mnie to boli? Bo jeszcze się nie pogodziłem z tym. Na przykład wspomniany dyslektyk popełnia błędy w swej biurowej pracy, przestawia litery, czasem wychodzą dziwne wyrazy. Ktoś to wyśmieje. Jeśli jest pogodzony i wolny, odpowie: *tak, pomyliłem się; ok., daj, poprawię*. Słowa te nadal powodują przykrość, ale nie wywołują złości. Jeśli uwaga była mocno szyderczo wypowiedziana można też tak: *a czy ty popełniasz błędy? Bo ja popełniam!* A gdy ten, kto się z niego śmiał, potknął się, sam na czymś wyłożył, to on nie odgryzł się, nie wytknął mu tego, nie zemścił się, nie wyśmiał. Pomyśl: nie odgryzę się na współmałżonku, na rodzeństwie, na sąsiedzie, dzieciach, koledze z pracy, kimś ze wspólnoty, osobie prowadzącej, itp. za przykrość, którą mi sprawiła. **Gdy usłyszę od kogoś z nich przykre słowa,** mam wytrzymać. Zmiana opatrunku na głębokiej ranie sprawia na początku ból, pewnie nawet nie pozwalam się dotknąć, mam odruch wzdragającego się, boję się. Kolejne wymiany opatrunku, gdy prawda jest jeszcze głębsza, trudniejsza, powodują, że wietrzę tę ranę, odnawiam, odświeżam. Prawdy trudniejsze potrzebują być odświeżane. Istnieje konieczność ponownego zrywania opatrunku, powrotu do przykrych rzeczy. Nie bądź wściekły na tego, kto opatruje Twoje rany. Choćby robił to najdelikatniej, też będzie bolało. Z kolei jeśli ktoś czyni to z obowiązku, będzie mniej delikatny. Pytanie jest tylko do mnie: jak ja to przyjmuję?

**Gdy mam fizyczne zranienia,** doznałem niesłusznego skarcenia cielesnego, sprawa jest trudniejsza. Trzeba na te winy położyć miłosierdzie, że ktoś tak mi zrobił. Być może inaczej nie umiał, nie potrafił. Pytanie: czy biorę pod uwagę, że sam tak komuś robiłem? Z faktami trzeba się pogodzić. Dlaczego mam trudności? Bo żądam sprawiedliwości i zadościuczynienia. Rodzi się we mnie chęć, by oddać, odpłacić się. Nie ma innej drogi, jak przyjąć, zgodzić się na to, jakim się stałem.

**Kiedy widzę siebie w rodzicach.** Przyjrzyj się takiej sytuacji: Dorosła kobieta zauważyła w sobie zachowania mamy. Tak została wychowana, w takim otoczeniu wzrastała. Po nawróceniu denerwuje się na mamę w różnych sytuacjach: kiedy ta ją kontroluje, kiedy obmawia innych, osądza, poucza ją, napomina, jak dziecko. Boli ją to. Czuje się nieustannie atakowana. Ta osoba nie chce postępować jak mama, robi, co w jej mocy, by tak nie było. Dowiaduje się, że to, co irytuje ją w drugim człowieku, jest też jej problemem... I że nie może być inna, jak jej mama, że postępuje tak, jak ona. Zidentyfikowała więc swoją duchową dolegliwość. Widzi w sobie matkę, więc napina się, by przeciwstawić się tym skłonnościom. Po pewnym czasie pracy nad sobą wie, że są sytuacje, gdy broni się przed tymi nawykami, nie panuje nad zachowaniem. Jest zła w takich sytuacjach, że nie może tego zmienić. Reaguje pouczeniem. Broni się przed atakiem, słychać to w tonie jej głosu i w tym, co mówi, jak zaznacza, że jest już dorosła i matka już powinna dawno to wiedzieć, że sobie poradzi. Takie ma oczekiwania. Sama atakuje, poucza matkę, nawet innych, jak należy lub nie należy postępować. Wtedy dostrzega to w sobie. Staje w prawdzie. Prawda jest taka: jeśli córka krytykuje, to jest taka sama, jak mama. Gdy krytykuje, towarzyszą jej emocje, bo to ją boli. Krytykuje, żeby się odgryźć, a mama krytykuje, bo taka jest i inaczej nie potrafi. Córka taka może nie być. *Te zachowania mamy, które widzi w sobie rozzłaszczają ją. I oddaje tym samym innym.* Zamiast przyjmowania odgryza się i to jest przyczyna złości. Sama również siebie zbyt skrytykowała i osądziła w życiu. A jeśli jest osąd, krytyka, niezgoda, to jest też chęć pouczania. A kto powiedział, że tak powinno coś być a nie inaczej? Kto nakazał? I tu należy się „odpierwiastkować” - od mamy i od siebie. Podobna analogia może mieć miejsce w relacji ojciec- syn. Prawdę o sobie, że taki jestem, należy przyjąć. Sam zmienić tego nie mogę. To mnie przerosło. Potrzebuję pomocy Boga i bliźniego, który mi pomoże zweryfikować mi moje postępowanie, by stanąć w prawdzie przed faktami. Potrzebuję tak postępować (szukając dalej pomocy): gdy przyjmę z łagodnością uwagę, krytykę, to w drugim zrodzi się opamiętanie. Bo w mojej myśli nie wróciła złość- jak bumerang- na tę osobę. Na początku tej drogi boli, ale jeśli nie oddam tym samym, wezmę to na siebie.

**Gdy chcę komuś zwrócić uwagę**, to najlepiej podpowiedzią, nie nakazem, posługując się sformułowaniami: *można to zrobić tak… a może by tak zrobić… słyszałem, że można tak zrobić*… Wtedy nie ranisz drugiego. Ten ktoś już siebie nie znosi z jakiegoś powodu, sam ze sobą ma ciężko, nie dokładaj mu. Mów z miłością, bez złości, bez pychy. Pamiętasz film „Wyspa”, jak Anatolij doświadczał Hioba? Co powiedział Hiob? „*I bez twoich przytyków mam mnóstwo problemów”…*

**Kluczem manipulacji** jest dobro własne, nie uznające faktów. Osoby, które uczestniczą w kłamstwie, kierują się dobrem własnym- to ich dewiza na życie. Znajdują usprawiedliwienie dla siebie i zrzucają odpowiedzialność na innych. Manipulują, by to drugi przy nim poczuł się winny określonej sytuacji. A on sam taki biedny i przez los pokrzywdzony, „prawdziwy męczennik”. Podłożem tego myślenia i działania są korzenie uzależnienia. Przy kimś takim jest chciwość, zazdrość, bunt, podejrzliwość, niedowiarstwo, poczucie niesprawiedliwości, obrona przed domniemanym atakiem, myślenie typu*: ja czynię dobrze, a oni mnie tak krzywdzą…* Taki ktoś ukradnie, bo *inny przecież ma dużo, nie zbiednieje… skąd on ma te pieniądze?... pewnie kradnie…-* tak wygląda życie w kłamstwie. Stąd bierze się ucieczka w szukanie sprawiedliwości, zamartwianie się o wojny na świecie, że rząd z czymś nic nie robi, że pieski gdzieś głodują. Wszystkie nakazy są ciężarem, pretensją.

**Kiedy staję w prawdzie, wykluczam wszelkie wytłumaczenia:** „**ale**” i wszystkie pochodne: „no bo..., „nie ale..”, „tak, ale..; „nie no, ale”, „być może”…, „podobno…” itp.

**Uspokojenie przychodzi**, gdy przestaję być zmienny; gdy mam wolność. I nawet jeśli będzie to utrata czegoś- nie rozzłości mnie. Zobaczę w kimś to, co widzę u siebie, i to mnie nie rozzłości. Uderzę się i się nie rozzłoszczę.

**I to jest fundament. I nawet dobrze, gdy sobie delikatnie dokopię, upokorzę się przed samym sobą, w skrytości, we własnej izdebce, nie przed żadną publicznością, by wyszła nieobłudna prawda. Dam się porozrywać Bogu i bliźniemu, by wypłynęła spod rany ropa. Nie będę mieć pretensji, że ktoś mnie rozrywa. Nie będę jęczeć: *to mnie boli, tak nie rób*, *jak mam ciężko, nie rozdrapuj starych ran, bo to boli..*! Pomyśl: kimże jestem, by nie przyjąć słów napomnienia od drugiego? Tylko prawda o mnie mnie wyzwoli. Ukaże gorzki oścień we mnie.**

**Prawdziwa szczerość.** Prawdziwa- bo mam chęć przemiany tego, czego nie potrafię zmienić. Szczerość- to nieodwołalne stawanie w prawdzie. Staję przed pewnym aspektem. Godzę się na to. Od tego momentu dziękuję Bogu –za dobro dziękuję, za przytyki dziękuję , za trudności dziękuję, a to co mi się nie udało- racz mi Panie wybaczyć, przepraszam.

**Autentyczność innych osób przy mnie**. Kiedy takich spotykam, ludzi żyjących żywą prawdą, to sam się zmieniam. To wywiera na mnie piętno.

**On sobie poradził, a ja?** Ktoś może powiedzieć: no tak, ale przecież ten dyslektyk sobie poradził. A ja… **Każdy z nas ma swój początek w trudnościach, w niedogodnościach, w odrzuceniu, poniżeniu, braku akceptacji- i to jest początek wyjścia.** To uczucie potrzebuje przy nas pobyć, byśmy mogli się od tego odwrócić, od oskarżenia samego siebie, od obwiniania, *że to bez sensu, że na pewno mi nie wyjdzie, nie mam już miłości do drugiego,*  albo *że ja już mam doświadczenie, nowe życie*… może mi to towarzyszyć na początku... To coś w rodzaju podszeptów. Wynikają one z tego, że jestem mocno skupiony na sobie. To skupienie na sobie polega na tym, że będę odczuwać psychiczne i fizyczne trudności, choroby, złe samopoczucie, będę mieć negatywne spojrzenie na siebie; choć ludzie mówią, że jest ze mną dobrze, to mam zakłamane poczucie własnej wartości i myślę o sobie źle. To fakty o mnie stanowią. Czy już potrzebuję pomocy czy jeszcze nie? Jeśli w jednej chwili towarzyszy mi poczucie, że sobie poradzę, a w drugiej, że nie, i płaczę, a za chwilę znowu się śmieję- tu już potrzebna mi pomoc, żeby stanąć przed faktami i prawdą, czego mam za dużo, a czego za mało w postawie dystansu do siebie. Chcemy sami wychwycić ten dystans? ale wtedy rozwiązania przychodzą na krótką metę. Najpierw zwrócić się do Boga, by porządkował i postawił mi na drodze osoby, które w Jego Imieniu powiedzą mi i nadadzą kierunek działaniu (i to zależy od mojego zaufania Bogu, że Bóg to rozwiąże). Ważne też, żeby nie żądać cudu, ale żeby Bóg pomógł mi przez drugiego. I ja się wtedy otwieram. Bóg odpowie przez drugiego działając przez niego. Nie wyznaczam przez kogo, nie sugeruję Bogu sposobu, w jaki ma mi pomóc. Nie mówię na prawo i lewo, że prosiłem, żeby Bóg mi pomógł- zachowam tę intymność z Bogiem dla relacji na wyłączność między mną a Bogiem. Zwróć uwagę, że jeśli były pretensje do Boga: *dlaczego tak?* - to należy za nie przeprosić. Trzeba też pokonać wstyd, pokonać to, że drugi mnie oceni, skrytykuje. Jeśli przepuścisz to przez pryzmat Boga i właściwie oddasz to Jemu, nie powinieneś zostać oceniony we wspólnocie. Może się jednak zdarzyć, że diabeł będzie chciał wykorzystać sytuację- potrafi dać złych proroków. Wtedy należy jeszcze bardziej zaufać Bogu, bo powrót w to miejsce rozwoju może być utrudniony. Trzeba szukać wspólnot w kościele, które pozwalają stanąć na nogi. Można być niezrozumianym: zdarzyło się w naszej wspólnocie, że ktoś poszedł do kościoła, do księdza z prośbą o kierunek, do konfesjonału i te osoby zostały niewłaściwie potraktowane. Są to głębokie rany. W takich sytuacjach, w indywidualnych sprawach, konieczna jest anonimowość i zachowanie intymności w relacji. Przypomnijmy sobie jedną z konferencji księdza Bałwasa- pewna dziewczyna chciała uwolnić się od tego, co ją dotknęło, i nie pozwalało odejść, ale doświadczała silnego odciągania- tym bardziej zależało jej na tym, by szukać pomocy. Potrzebna jest determinacja szukania pomocy. Takie objawy mogą być związane z trudnościami naszego życia, z przekleństwem. Przypomnijmy sobie trudności z życia św. Faustyny- na początku miała spowiedników, którzy nie rozumieli jej, ani tego, co stało się jej udziałem. To przykład odciągania od spowiedzi.

**Dlaczego chcę odejść, od Boga, od Kościoła, od wspólnoty, od współmałżonka.** Coraz rzadziej modlę się, coraz rzadziej chodzę do kościoła, opuszczam Mszę św., adorację, spotkania, mam pretensje do współmałżonka, dostrzegam, że nie kocham, że nie jestem kochany. Mam oczekiwania co do zmiany osób prowadzących, bo się nie rozwijam, zmieniam spowiedników, każdemu mówię co innego, nie wracam do tego samego, by mnie nie rozpoznał, szukam pseudoanonimowości, wchodzę w pretensje, wszystko działa przeciwko mnie, czynności innych mi szkodzą- to rodzaj ucieczki przed stawaniem w prawdzie. Użalam się nad sobą, szukając pseudowspółczucia, skarżę się, bo jaki jestem poszkodowany, chcę żeby mi ulżyło, uciekam od wspólnoty, bo tu jest ktoś trudny, niewygodny mi. *Ale już to wszystko słyszałem, to się powtarza-* przez tyle tysięcy lat Ewangelia mówi to samo i jest ciągle żywa. Mówi prawdę- Słowo Boga.

**Doprowadzić samych siebie do życia Ewangelią**… do tego papież Franciszek nawiązuje swoimi czynami.